

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ, МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ МІСЬКОГО ГОСПОДАРСТВА**

**ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'Я Й ОСОБИСТОСТІ  
СТУДЕНТА ЗАСОБАМИ ТУРИЗМУ**

*За загальною редакцією В. М. Клочка*

**Харків  
ХНАМГ  
2012**

УДК 37.033:37.14:796.011.1  
ББК 74.58+75.81  
Ф79

***Рецензенти:***

**Д. В. Карамішев**, завідувач кафедри менеджменту і адміністрування,  
доктор держуправління, проф. Харківського національного фармацевтичного  
університету;

**О. Є. Ващев**, завідувач кафедри управління охороною здоров'я, к. мед. н.,  
доц. Харківського регіонального інституту Національної академії державного  
управління при Президентіві України

*Рекомендовано до друку рішенням Вченої Ради ХНАМГ,  
протокол № 1 від 28.08.2012 р.*

**Формування здоров'я й особистості студента засобами туризму**  
Ф79 [Текст] : монографія / В. М. Ключко, Т. В. Бондаренко, А. Г. Любієв,  
Н. Ю. Боре́йко ; за заг. ред. В. М. Ключка ; Харк. нац. акад. міськ.  
госп-ва. – Х. : ХНАМГ, 2012. – 218 с. ; іл.

ISBN 978-966-695-279-3

У монографії представлені сучасні погляди педагогів і науковців, а також результати власних досліджень авторів з актуальних питань формування здоров'я й особистості студентів з використанням потенціалу фізичної культури, спорту і туризму. Матеріал систематизований і представлений так, аби сприяв цілісному мисленню майбутніх фахівців. Наведені практичні рекомендації щодо активного відпочинку з метою формування, зміцнення, збереження і відновлення професійного здоров'я.

Монографія призначена для викладачів, студентів-бакалаврів і магістрів, аспірантів і науковців вищих навчальних закладів інженерно-технічного профілю, а також для осіб, що самостійно займаються фізичною культурою, спортом і туризмом. Матеріал має теоретичне, методичне і практичне спрямування. Він допоможе системно підготуватися не тільки до навчальних занять, а й до мандрівок, використати їх з найбільшою користю, уникаючи негативних наслідків для здоров'я. Багато корисних відомостей знайдуть фахівці галузі туризму, а також ті, хто не має спеціальної спортивно-туристичної підготовки, але цікавиться питаннями організації відпочинку й надання клієнтам туристичних послуг із здоров'я-зберігаючим ефектом.

УДК 37.033:37.14:796.011.1  
ББК 74.58+75.81

ISBN 978-966-695-279-3

© В. М. Ключко, Т. В. Бондаренко,  
А. Г. Любієв, Н. Ю. Боре́йко, 2012  
© ХНАМГ, 2012

## ЗМІСТ

<b>Вступ.....</b>	<b>5</b>
<b>Розділ 1. Сучасні підходи до професійної освіти (Клочко В. М, Бондаренко Т. В.).....</b>	<b>8</b>
1.1. Актуальність інноваційного підходу до питань професійної освіти....	8
1.2. Акмеологічна концепція професійної освіти.....	10
1.3. Ноосферна концепція освіти.....	13
1.4. Комплексний підхід до освіти майбутнього спеціаліста.....	15
1.5. Реформування системи освіти з урахуванням сучасних підходів до екологічно орієнтованого мислення фахівця.....	20
<b>Розділ 2. Технологія розробки професійно орієнтованих програм самовдосконалення студентів (Борейко Н. Ю., Любієв А. Г.)...</b>	<b>27</b>
2.1. Зміст професійно спрямованої фізичної культури студента.....	28
2.2. Індивідуальна професійна фізична культура особистості.....	33
2.3. Впровадження особистісно орієнтованих принципів у навчальний процес з фізичного виховання.....	36
2.4. Оптимізація роботи кафедри фізичного виховання і спорту у вищому навчальному закладі інженерно-технічного профілю.....	42
<b>Розділ 3. Актуальність професійної орієнтації фізкультурної освіти у вищій інженерно-технічній професії (Бондаренко Т. В., Клочко В. М.).....</b>	<b>50</b>
3.1. Аналіз освітньо-кваліфікаційної характеристики бакалавра у галузі туризму і рівня знань з фізичного виховання студентів.....	51
3.2. Аналіз освітньо-кваліфікаційної характеристики магістра у галузі туризму.....	58
3.3. Професіограма „Менеджер з туризму” як орієнтир професійної підготовки майбутнього спеціаліста.....	67
3.4. Вплив спеціально-прикладної фізичної підготовки на підвищення ефективності професійної освіти студентів.....	69
3.5. Формування здоров’язошаджувальної культури студента.....	74
<b>Розділ 4. Біодакватні технології формування цілісного мислення (Бондаренко Т. В.).....</b>	<b>78</b>
4.1. Модель особистості та її використання при формуванні мислення ....	80
4.2. Психолого-педагогічні основи цілісного мислення і ноосферного виховання.....	85
4.3. Використання засобів туризму у ноосферній освіті.....	89
4.4. Особливості формування у студентів індивідуальної картини світу.....	94
4.5. Використання <i>REAL</i> -методики ноосферної педагогіки у професійно-прикладній підготовці студентів.....	102

<b>Розділ 5. Міждисциплінарний підхід до підготовки менеджера з туризму (Клочко В. М., Бондаренко Т. В.).....</b>	<b>108</b>
5.1. Законодавство України про туризм .....	108
5.2. Туризм як індустрія та форма міжнародної діяльності.....	111
5.3. Особливості й передумови розвитку економіки, менеджменту і маркетингу в туризмі.....	117
5.4. Спортивно-рекреаційний потенціал туризму.....	124
<b>Розділ 6. Рекреація як основна мета діяльності туристичних установ (Бондаренко Т. В., Клочко В. М.).....</b>	<b>132</b>
6.1. Рекреаційно-курортні аспекти активного відпочинку в туризмі.....	133
6.2. Взаємодія людини і природи у туристичній діяльності.....	136
6.3. Природні фактори оздоровлення й особливості їхнього застосування для різних груп туристів.....	140
6.4. Комплексний підхід до рекреації та оздоровлення засобами туризму.....	151
<b>Розділ 7. Здоров'язоощаджувальні резерви удосконалення туристичного продукту (Клочко В. М., Любієв А. Г.).....</b>	<b>158</b>
7.1. Фізкультурно-спортивні інтереси і потреби громадян як передумова поширення попиту на турпродукт.....	159
7.2. Організаційні резерви туристичного бізнесу.....	164
7.3. Вплив туризму на організм людей різного віку, стану здоров'я і рівня фізичної підготовленості.....	166
<b>Розділ 8. Використання туризму у виховній роботі вищу інженерно-технічного профілю (Бондаренко Т. В.).....</b>	<b>169</b>
8.1. Соціокультурне значення туризму.....	169
8.2. Організація екологічного виховання студентів засобами туризму.....	172
8.3. Дослідження професійної здатності студентів працювати у туристичній галузі.....	179
8.4. Дослідження рівня знань з основ теорії фізичного виховання у майбутніх менеджерів з туризму.....	185
<b>Розділ 9. Туристсько-рекреаційний потенціал України (Клочко В. М., Бондаренко Т. В.).....</b>	<b>192</b>
9.1. Туристсько-географічне районування України.....	193
9.2. Екологічні аспекти розвитку територій для рекреаційно-оздоровчого туризму.....	195
9.3. Підготовка кадрового потенціалу для реалізації здоров'язоощаджувальної концепції розвитку туристичної галузі.....	199
<b>Висновки.....</b>	<b>202</b>
<b>Список використаних джерел .....</b>	<b>203</b>

## ВСТУП

Проблеми глобалізації, що торкнулися усіх без винятку держав світу, висувають на перший план складні завдання, вирішення яких значною мірою залежить від ефективності функціонування системи професійної освіти. В умовах глобалізації формується еліта інформаційного суспільства, спосіб мислення і світогляд якої значно відрізняються від найбільш поширеного у переважної частини населення.

Сучасний стан України як суб'єкта міжнародної діяльності пов'язаний з новою роллю інформації в усіх сферах життєдіяльності, з якісно новим рівнем виробництва, переробки і поширення інформації. У зв'язку з цим змінюються професійна кваліфікація, освітня структура суспільства, характер праці, а також роль і функції найважливішого елемента продуктивних сил – людини. Інтелектуальна і творча праця витісняє працю індивідуума, безпосередньо включеного у процес виробництва. Основним знаряддям праці стає мислення. На перше місце виходить виробництво послуг, а на ринку послуг головною стає праця, спрямована на отримання, обробку, зберігання, перетворення і використання інформації. У мотивації трудової діяльності набуває першочергового значення творчий початок.

Помітно змінюються установки і парадигми психології праці: від оцінки реальної діяльності суб'єкта переходять до оцінки потенціалу людини, її свідомості, від вірогідної оцінки результативності праці в цілому – до успішності на конкретному робочому місці в певний період часу, від оцінки професійної придатності людини до професії в цілому – до оцінки її професійної успішності в широкому соціальному сенсі. Усе це зумовлює необхідність ґрунтовного підходу до питання удосконалення професійної освіти студентів, зокрема майбутніх менеджерів у галузі туризму.

Особливого наукового і практичного значення набуває питання реорганізації фізкультурно-спортивної освіти у вищих навчальних закладах інженерно-технічного профілю на основі концепції сталого людського розвитку і переходу людської цивілізації до етапу ноосферного розвитку.

Мета монографії – обґрунтувати можливість реалізації здоров'язоощаджувальної концепції сталого розвитку туризму шляхом формування природодоцільного ноосферного мислення майбутніх фахівців. Виходячи з мети, були поставлені й вирішені такі завдання:

1. Проведено теоретичне дослідження питання щодо формування здорової особистості фахівця у вищій професійній школі.
2. Вивчено основні сучасні підходи до професійної освіти з урахуванням концепції сталого розвитку держави.
3. Проаналізовано державні документи, що регламентують підготовку фахівця з вищою освітою напряму „Туризм”, з точки зору забезпечення права працівника і клієнта на збереження свого здоров'я.

4. Досліджено питання щодо виховання професійно важливих знань, умінь і навичок, а також якостей майбутнього менеджера з туризму засобами фізичного виховання.

5. Вивчено питання щодо впровадження екологічної освіти у навчальний процес вищої школи.

6. Виявлено невикористані резерви підвищення якості роботи менеджера з туризму.

7. Запропоновано практичні заходи щодо реалізації програми формування природодоцільного ноосферного мислення студентів засобами фізичної культури, спорту і туризму.

Монографія складається з 9 розділів. У 1 розділі представлено теоретичні засади актуальності інноваційного підходу до питань професійної освіти з позиції комплексного підходу до проблеми. У 2 розділі представлені результати впровадження у педагогічний процес вишу інженерно-технічного профілю технології розробки професійно орієнтованих програм самовдосконалення студентів. Подане визначення індивідуальної професійної фізичної культури особистості, змісту професійної фізичної культури фахівця. Автори вважають, що впровадження технології формування аксіологічного, когнітивного й індивідуально-творчого компонентів фізичної культури у студентів дозволить оптимізувати процес фізичного виховання. Як один з варіантів, пропонується переорієнтувати навчання із спортивно-технічної на профільно орієнтовану мету.

У 3 розділі зроблено аналіз нормативно-правової бази формування здоров'язаощаджувальної культури студента – майбутнього менеджера з туризму. Автори вважають, освітянам особливу увагу треба звернути на стан здоров'я молоді. Адже роки перебування у виші є важливим етапом формування особистості майбутніх фахівців, які через декілька років складатимуть основу держави, впливатимуть на долю ввірених їм людей і, зрештою, людства. Аналіз освітньо-кваліфікаційних характеристик підготовки бакалаврів і магістрів напряму підготовки „Туризм” показав, що значна частина професійно необхідних знань, умінь і навичок майбутнього менеджера з туризму має забезпечуватися у ході фізкультурно-спортивної освіти. Автори вважають, що робочі програми з фізичного виховання необхідно базувати на професіограмах, ОПП, ОКХ певного напряму підготовки. Адже тільки науково і методично правильно організований навчальний процес з підготовки до професійної діяльності може створити психофізіологічні передумови для формування оптимального професійного здоров'я.

У 4 розділі розглянуто психолого-педагогічні основи цілісного мислення і ноосферного виховання. Наводяться конкретні приклади і даються практичні рекомендації щодо використання засобів фізичної культури, спорту і туризму для формування ноосферного мислення студентів. Автори звертають увагу на особливості формування індивідуальної картини світу в умовах урбанізації. Наводяться дані

літератури щодо відмінностей менталітету мешканців міста і села, а також власне дослідження фізкультурно-туристських інтересів і скарг на здоров'я студентів – мешканців міста і села.

У 5 розділі проаналізовано Закон України „Про туризм” з позиції здоров'язоощаджувальної політики держави. Обґрунтовано, що кваліметрія вищої професійної освіти в туризмі повинна враховувати спроможність вирішення практичних завдань екологічного менеджменту, маркетингу і аудиту туристичної діяльності. Це сприятиме отриманню турпродукту, якісного з точки зору безпеки для довкілля і людини. Відзначається, що спортивно-рекреаційний потенціал туризму величезний, але використовувати його треба з урахуванням показань і протипоказань для здоров'я споживачів турпродукту. У 6 розділі зосереджена увага на природних факторах оздоровлення і особливостях їхнього застосування для різних груп туристів. Звертається увага на безмежні можливості туризму щодо екологічного виховання студентів.

У 7 розділі автори доводять, що здоров'язоощаджувальними резервами поширення попиту на туристичний продукт є, перш за все, фізкультурно-спортивні інтереси і потреби громадян. Автори звертають увагу на позитивні й негативні наслідки впливу туристичних подорожей на організм людей різного віку, стану здоров'я і рівня фізичної підготовленості, дають конкретні рекомендації з безпеки туристів у різних клімато-географічних умовах перебування.

У 8 розділі досліджено деякі показники професійної придатності студентів працювати у туристичній галузі. Зосереджується увага на дослідженні рівня знань з основ теорії фізичного виховання у студентів, які обрали туризм як майбутню професію.

У 9 розділі розглядається питання використання туристсько-рекреаційного потенціалу України, а також екологічні аспекти розвитку територій для рекреаційно-оздоровчого туризму. Автори звертають увагу на питання підготовки і перепідготовки кадрів, здатних впроваджувати здоров'язоощаджувальну концепцію розвитку туристичної галузі.

Ми розуміємо, що зміст цієї роботи не повністю охоплює коло питань, що стосуються сучасних підходів до професійної освіти у виші. Однак студенти, які обрали спеціальність, пов'язану з туризмом, знайдуть у книзі багато корисного для майбутньої практичної діяльності. За необхідності вони зможуть вільно орієнтуватися у проблемі, запропонованій нами. Результати багаточисельних досліджень, представлених у монографії, стануть у нагоді й тим студентам, які навчаються за іншим фахом, але прагнуть бути конкурентоспроможними на міжнародному ринку праці за рівнем професійного здоров'я. Слухачі інституту підвищення кваліфікації зможуть використати представлений матеріал для розширення, поповнення й оновлення своїх знань з питань, що розглядаються.

Автори будуть вдячні читачам за критичні зауваження і пропозиції щодо удосконалення представленої праці.

## **Розділ 1**

### **СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ**

Освіта є об'єктом дослідження різних галузей науки і, передусім, педагогіки, психології, філософії, соціології, економіки. Педагоги розглядають освіту як процес засвоєння знань, а також навчання, просвіту, формування людини в ході навчально-виховного процесу за допомогою певних методів, засобів і форм педагогічної діяльності, педагогічної взаємодії того, хто навчається і хто навчає. У психології основна увага звернена до особистості педагога і того, хто вчиться, до їхніх здібностей. Економіка розглядає освіту як найважливіший соціально-економічний ресурс розвитку суспільства й особи. Соціологія вивчає освіту як один з найбільш значущих елементів способу життя людей, виявляє його ціннісне значення для конкретної людини, групи, колективу. Досліджуються структури освіти, закономірності її функціонування і розвитку як соціального інституту, взаємодія з іншими інститутами – державою, сім'єю, виробництвом, наукою, культурою. За даними Н. А. Прудель, приблизно 40 % приросту національного доходу країни пов'язано з інвестиціями в освітню сферу; початкова освіта підвищує продуктивність праці на 50, середня – на 110, вища – на 315 % [149]. Філософський підхід до освіти дозволяє системно підійти до розробки стратегії й тактики розвитку цієї сфери громадського й особистого життя. Філософія освіти пов'язана з постановкою загальних проблем в освіті як сфери відтворення та якісного розвитку людського інтелекту, індивідуального і соціального ресурсу суспільного розвитку.

#### **1.1. Актуальність інноваційного підходу до питань професійної освіти**

Підготовка конкурентоспроможного фахівця міжнародного рівня неможлива без вирішення інноваційних завдань в освітній сфері [1]. Перехід до інформаційного суспільства кардинально змінює значущість системи освіти, її інституційний статус [43]. Освіта стає інструментом взаємопроникнення знань, технологій і капіталу, засобом боротьби за ринок праці та вирішення геополітичних завдань. Тому її стратегічні функції – світоглядна, управлінська, етична, виховна та ін. – мають усвідомлюватися на рівні суспільства, а не лише окремих індивідів [115].

Освітня система забезпечує передачу інформації (знань, умінь і навичок) від покоління до покоління. У педагогічній науці виходять з того, що особистість має три джерела здобуття інформації: Всесвіт, природа, суспільство і сама людина. Природні начала освіти даються світом природи, світом людей, світом мистецтва, єдиною природою людства. Але мозок людини не здатний безпосередньо приймати інформацію з навколишнього середовища. Він працює з сигналами, які отримує за допомогою органів чуття, що знаходяться в тілі. Тому треба пам'ятати, що вчитель перш за усе впливає безпосередньо на тіло (організм) учня через канали сприйняття



(рецептори). Взаємодія з мозком опосередкована цими каналами зв'язку [116].

Якщо хочемо, щоб система освіти була здоров'язоощаджувальною, треба організувати навчальний процес так, щоб учні отримали необхідний обсяг знань, умінь і навичок, але при цьому фізіологічна вартість навчальної роботи була б адекватною біологічним можливостям. Навчання не має погіршувати фізичне, психічне, соціальне й етичне здоров'я учнів і педагогів. Для створення такої системи доцільними є такі заходи:

- впровадження в систему освіти наукоємних освітніх біотехнологій;
- розробка і використання нових біоадекватних, здоров'язоощаджувальних і здоров'яформуючих методик викладання;
- організація навчально-виховного процесу в навчальних закладах має бути приведена у відповідність з вимогами психофізіологічної доцільності, тобто бути екологічно безпечною.

Формування особистості сучасного спеціаліста зумовлюється соціальним замовленням економіки України на високопрофесійного фахівця з високим рівнем здоров'я і базується на вимогах Державного стандарту вищої освіти, Галузевому стандарті до професійної підготовки студентів, освітньо-кваліфікаційних програмах, професіограмах тощо.

Освіта – це соціальний інститут. Головні складові змісту освіти є такі:

- процес навчання – передача і здобуття знань;
- система освіти – це система організації освітньої діяльності, галузь освіти як сукупність установ, які надають освітні послуги і забезпечують потреби суспільства й особи в досягненні певного рівня освіти;
- сукупність знань і умінь, набутих людиною в процесі навчання і виступаючих найважливішим елементом людського капіталу [195]. Усі вище перераховані складові змісту освіти треба враховувати при вивченні особливостей професійної освіти.

О. С. Марченко цілком обґрунтовано вважає, що функції освіти мають визначати головні напрями її впливу на соціально-економічний розвиток суспільства, тобто певні зовнішні (соціальні) ефекти, пов'язані з функціонуванням цього соціального інституту [20]. Відповідно до такого підходу, серед основних функцій освіти учений-економіст виділяє такі: капіталоутворюючу, ресурсозабезпечувальну, інноваційну, стратоутворюючу і сигнальну функції.

Людський капітал є структурованою сукупністю елементів, до яких належать інтелектуальні ресурси особистості (інтелектуальний капітал), її фізичний, психічний потенціал (біофізичний капітал), а також соціальні ресурси – здібність людини до соціальної взаємодії, її місце в певному соціальному середовищі (соціальний капітал). Характеризуючи структуру людського капіталу на макроекономічному рівні, Н. М. Римашевська до його елементів зараховує:

1) фізичне, психічне і соціальне здоров'я, яке впливає не лише на фізичну дієздатність громадян країни, але і на характер демографічних процесів відновлення;

2) професійно-освітній ресурс й інтелектуальний потенціал, включаючи підготовку фахівців вищої кваліфікації та зайнятих науковою роботою громадян;

3) соціокультурну активність громадян і їхні етичні цінності [153].

Таким чином, практичні заходи і рекомендації щодо формування світогляду студентів як майбутніх фахівців доцільно розробляти і реалізовувати на підставі знань предмета й об'єкта виховання, навчання і освіти в цілому. Відповідні засоби, методи і методики педагогічної дії треба підбирати на підставі саме таких знань, а потім спрямовувати їх на формування біоадекватного, здоров'язоошаджувального мислення студентів.

## **1.2. Акмеологічна концепція професійної освіти**

У ході історичного розвитку людства змінюється зміст праці, характер навантаження на різні функціональні системи організму людини. Праця все частіше сприймається як форма самореалізації та самоактуалізації особистості. Це є шлях сходження від стану індивіда, що бореться за своє фізичне існування і бажаний соціальний статус у жорстко заданих фізичних і соціальних умовах, до стану людини як активного суб'єкта своєї життєдіяльності в широкому сенсі. Таке сходження не може бути досягнуте виключно у «просторі діяльності», оскільки залежить від «простору особистості» з її новоутвореннями – самоактуалізації, самоефективності, стану «акме» та ін. [171].

Учені, що вивчають психологію праці, зіштовхуються з новими проблемами: з одного боку, це наявність інформаційних і емоційних перевантажень, високий темп і незвичний для людини ритм життєдіяльності, а з іншого, – зміна особистості суб'єкта праці. Фізіологічна вартість праці стала надто високою, і це проявляється, наприклад, у явищі, яке отримало назву професійне «вигорання» [150]. Узагальнення даних багаточисельних досліджень показує, що в процесі особистісно-професійного навчання майбутніх спеціалістів відбуваються такі прогресивні структурні зміни особистості студентів:

- зміна спрямованості: розширення кола інтересів і трансформація системи потреб; актуалізація мотивів досягнення; зростання потреби в самореалізації та саморозвитку;
- збільшення досвіду і підвищення кваліфікації: підвищення компетенції; розвиток і розширення умінь і навичок; освоєння нових алгоритмів вирішення професійних завдань; підвищення креативності діяльності;
- розвиток деяких складних здібностей і загальних професійно важливих якостей;

- підвищення рівня професійної підготовленості [171].

У другій половині ХХ ст. набула поширення акмеологічна парадигма формування професійної кар'єри. *Акме* (від грецьк. „вершина”, „квітуча пора”) – вища точка, період розквіту особистості, найвищих її досягнень, коли проявляється зрілість у всіх сферах життєдіяльності, і передусім – у професійній діяльності. Під *акме* мається на увазі максимальний розвиток здібностей і обдарованості. Вважається, що *акме* припадає на період вікової дорослості, соціальної й особистісної зрілості людини. *Акмеологія* – це наукова дисципліна, що вивчає закономірності й феномени розвитку людини до рівня її зрілості при досягненні найбільш високого рівня в цьому розвитку. Акмеологія вивчає людину як індивіда, особистість і суб'єкта праці у процесі високопрофесійної діяльності. Акмеологічний підхід – базисна узагальнювальна категорія, що описує сукупність принципів, прийомів і методів наукового дослідження, що дозволяють вивчати і вирішувати наукові і практичні проблеми і завдання в обсязі їх реального буття. З позиції такого підходу періоди життя розглядаються як якісні феномени адаптації людини до середовища, детерміновані (обумовлені) сукупністю біологічних, психічних і соціальних чинників розвитку при їхньому неоднозначному взаємозв'язку. Якщо припустити, що це так, тоді періодизація – це не є раз і назавжди встановлена чітка зміна фаз біологічного розвитку, а скоріш – індивідуальна й інтегральна відповідь організму, психіки й особистості людини на актуальну для неї частку конкретних зовнішніх і внутрішніх умов життєдіяльності [171].

Отже, із професійною приналежністю людини пов'язані світогляд, смислові реальності, ціннісні орієнтації, спрямованість особистості, способи психофізичної регуляції, схильність до тих або інших захворювань і багато що інше. От чому кожному надто важливо правильно обрати професію та з її допомогою самореалізуватися, досягнувши бажаного успіху.

Згідно з акмеологічним підходом, періодизація життєвого циклу людини враховує гетерохронність і неоднозначність фізичного, психічного і соціального розвитку людини, її соціальної та професійної адаптації впродовж усього життєвого шляху. Це має враховуватися і в професійній підготовці студентів.

Професійна освіта у вищій школі повинна чутливо реагувати на основні тенденції розвитку суспільства і людини в ньому, забезпечуючи необхідний рівень особистісно-професійного розвитку майбутнього фахівця. Під особистісно-професійним розвитком мається на увазі формування особистості та її професіоналізму в процесі саморозвитку, професійної діяльності й у професійних взаємодіях з іншими суб'єктами праці [171].

Темп розвитку професіоналізму суб'єктів праці упродовж усього кар'єрного шляху є нерівномірний. У динаміці професіоналізму явно розрізняються дві частини, два етапи кар'єри – висхідна (до 35–45 років) і низхідна гілка (після 40–45 років). Отже, темп розвитку професіоналізму обумовлений не лише законами психологічного розвитку, але і цілою низкою

умов і чинників, які сприяють цьому розвитку. Такі умови і чинники названі акмеологічними.

Акмеологічні умови – це значущі обставини, від яких залежить досягнення високого професіоналізму особи та її діяльність. Акмеологічні чинники – це основні причини, що мають характер рушійних сил, головні детермінанти професіоналізму. Акмеологічні умови мають скоріше об'єктивний характер по відношенню до майбутнього професіонала, тоді як значне число акмеологічних чинників є суб'єктивними. Вони мають різну силу або ступінь значущості на різних етапах становлення і розвитку професіоналізму.

Професії різних типів передбачають наявність у людини професійно важливих якостей (ПВЯ), особливих природних задатків, особливої схильності для виконання специфічних професійних завдань. У професіографії вони розглядаються як компоненти професійної придатності, тобто якості, які необхідні людині для успішного вирішення професійних завдань. Слід зазначити, що професійна придатність залежить не стільки від сукупності вихідних професійно важливих якостей, скільки від їхньої структури.

До професійно важливих якостей належать: природні задатки; професійні знання, що набуваються у процесі навчання і самопідготовки; особистісні особливості (мотивація, спрямованість, смислова сфера, характер); психофізіологічні особливості (темперамент, особливості вищої нервової діяльності); особливості психічних процесів (пам'ять, увага, мислення, уява); у деяких видах діяльності – анатомо-фізіологічні характеристики [171]. Поступово відбувається перехід до оцінки ПВЯ як складних психологічних утворень, які формуються у процесі самої діяльності і є складною специфічною функціональною системою.

Отже, до факторів, що впливають на індивідуальну поведінку й успішність професійної діяльності людини фахівці зараховують розумові та фізичні здібності, цінності й погляди, потреби, вибагливість, продуктивність праці [122, 184].

При визначенні здібностей людини особливе місце посідає питання зв'язку таких категорій, як задатки, обдарованість, схильність, структура особистості й окремі її компоненти, що пов'язані з професійною діяльністю. На виявлення здібностей у професійній діяльності можуть впливати зовнішні та внутрішні фактори середовища, сукупність професійних вимог до рівня вдосконалення здібностей. Чим більші здібності виявляє людина до певної діяльності, тим менша психофізіологічна напруженість виникає в неї у процесі цієї діяльності.

Деякі дослідники (Б. Н. Теплов, 1972, В. Н. Мясіщев, 1978, Б. Г. Ананьєв, 1984 та ін.) вважають, що в основі природних здібностей лежать анатомо-фізіологічні особливості нервово-мозкового апарату людини. Інші (А. М. Леонтьєв, 1986) у своїй концепції трактування здібностей визначальними вважають умови виховання. Вивчення генетичної

обумовленості здібностей дає можливість стверджувати, що вони існують до певної діяльності, тому немає необхідності пов'язувати їхнє виникнення тільки з діяльністю. Однак генетична обумовленість здібностей вищої нервової діяльності та психомоторики виявляється найповніше в умовах відповідного навколишнього середовища, що повною мірою забезпечує вияв цих здібностей [13, 150].

Для прогнозування успішності певної діяльності здійснюють психофізіологічну оцінку здібностей. Це потрібно знати також для профорієнтації та професійного відбору спеціалістів. Адже психофізіологічний прогноз успішності навчання у вищому навчальному закладі підтверджується у 75–80 % випадків [184]. Успішність складної професійної діяльності людини залежить від індивідуальних здібностей. Їх можна визначити за допомогою психофізіологічних методів оцінки нервових процесів. Умовно виокремлюють здібності активні й емоційні. До першого виду належать здібності, обумовлені внутрішньою потребою, тенденцією індивіда до ефективного засвоєння якоїсь діяльності, самовираження щодо зовнішнього світу. Така потреба може виявитися в розумовому, руховому, емоційному плані. Другий вид здібностей спрямований на суб'єктивний світ самоаналізу.

Знання генотипічної природи здібностей не завжди означає зумовленість професійних успіхів або невдач людини. Роль здібностей під час діяльності в екстремальних умовах є досить значною. Отже, здібності – це частина можливостей людини, а успіх визначається у тому числі ще й вольовими якостями, мотивацією, соціальним середовищем тощо. Головною умовою досягнення високих професійних результатів, а у широкому сенсі – успішність реалізації людини у житті, є професіоналізм.

### **1.3. Ноосферна концепція освіти**

Важко не погодитися з тим, що освітня система є відповідальною за стан і здоров'я суспільства, спрямованість і розвиток особистості, її духовно-етичні орієнтації [3]. Цього прагнуть досягти прихильники впровадження ноосферної освіти, яка передбачає синтез природничонаукових і гуманітарних знань, що колись розпалися на раціональні й ірраціональні, наукові, філософські, культурологічні, релігійні [26].

На думку російських авторів концепції ноосферної освіти, сучасному суспільству слід прийняти дійсну значущість ідей ноосферогенеза як базових в універсальному освітньому середовищі. Відповідно до методологічного, світоглядного, аксіологічного, етичного, культурно-історичного і педагогічного аспектів цих ідей, головною метою пізнання і розуміння Світу є здобуття знання, адекватного законам Світу, і його матеріальне втілення в житті й діяльності людини. Система пізнання і розуміння Світу містить, як окремі випадки, чуттєві, раціональні, інтуїтивні форми пізнання і мислення в цілому [116].

Ноосферна концепція освіти, запропонована російськими ученими, взаємопов'язана з психологією ноосферного розвитку і психопедагогікою духовного розвитку. Її основа – виховання цілісного мислення людини. Формування цілісного мислення, засновано на синтезі сучасних досягнень філософських, гуманітарних. За своєю природою операції та прийоми взаємодії можуть бути фізичними, фізіологічними, психологічними. До БЗЗ-методів зараховують методи візуалізації, відстежування мислеформи, метод трансформації психолептичних моделей, побудови інтерактивних моделей. Їхня перевага полягає в абсолютній безпеці з точки зору фізіології та психології при високій результативності. Як правило, це методи релаксації, які добре вписуються у будь-який урок або лекцію. Вивчивши ефективність методів навчання з біологічним зворотним природничих галузей знання, зокрема фізики, кібернетики, біології, фізіології, нейрофізіології, психології, педагогіки та інших наукових напрямів [14].

Н. В. Маслова, автор теорії та методики ноосферної освіти, виділяє низку абсолютних етичних принципів, конгруентних загальним законам Світу. Це – безумовна любов до Світу і його суті, абсолютна віра в закономірний і гармонійний настрок життя, доброта і турбота про природу і людей, справедливість і захист слабких, активна участь у гармонізації життя, збереження здоров'я, працьовитість, відкритість Світові, прагнення до розкриття вищого потенціалу своєї особистості, підтримка традицій свого народу і сім'ї, захист Батьківщини, активна чесність, спрямованість до пізнання Світу [118].

Академік Б. А. Астаф'єв пише, що з точки зору теорії генетичної енергоінформаційної єдності Світу, освітня система має три гени: стимулюючий і створювальний гени, що перебувають в гармонійно суперечливій взаємодії та забезпечують еволюцію базових видів світової енергії у формі педагогічних ідей; третій – філо-онтогенетичний ген, що накопичує інформацію про розвиток певної освітньої системи і передає її наступним поколінням [15, 16].

Таким чином, педагогічна система ноосферної освіти спрямована, передусім, на виховання етичної особистості з цілісним, природосообразним мисленням. Принципи, методологія, методи, інструментарій цієї педагогічної системи є адекватними природі людини і не порушують її біологічні ритми. Ця етична педагогічна система є універсальною та придатною для виховання етичної особистості професіонала. За основу дидактики у педагогічній теорії ноосферної освіти обрані методи навчання з біологічним зворотним зв'язком. Біологічний зворотний зв'язок (БЗЗ) – це спосіб створення і відтворення мозком і тілом індивіда моделі об'єктів, суб'єктів, явищ, подій, переживань, які були чуттєво, образно, інформаційно сприйняті раніше із об'єктивної та суб'єктивної реальності [115].

Зазначимо, що *метод* (від грецьк. *methods* – „шлях дослідження або пізнання”) – це сукупність прийомів або операцій практичного, теоретичного, духовного опанування дійсності, спрямованих на вирішення

конкретного завдання. Метод у педагогіці – це система операцій, прийомів взаємодії вчителя з учнем у процесі навчання зв'язком, професор Н. В. Маслова та її однодумці пропонують використовувати їх у педагогіці ноосферного навчання. Економічна вигода від упровадження таких методів забезпечена, оскільки механізм міститься в самій людині та для його використання потрібен невеликий теоретико-практичний навчальний курс (50–90 годин). Цей метод не новий, його вік дорівнює вікові усього людства. Новизною авторів є пропозиція вивести на рівень усвідомлення спосіб мислення, даний людині природою, яким вона користується повсякденно, і на цій основі будувати викладання навчальних дисциплін [116].

Як відомо, методика навчання залежить, передусім, від парадигми, покладеної в основу педагогічної технології. Системи освіти і виховання різних країн спираються в основному на 5 основних парадигм, це традиціоналістична (знанняєва), технократична (прагматична), біхевіоральна (поведінкова), гуманістична, теологічна [14]. Прийшов мабуть час додати й ноосферну парадигму освіти. Автори концепції ноосферної освіти, а також їх прихильники і послідовники, які працюють над науково-практичними питаннями педагогіки ноосферного розвитку, вже розробляють *соціокультурну* і *синергетичну* парадигми освіти. За їхню основу взяті принципи філософічності, гуманітаризації, фундаментальності й системності мислення [14, 26, 114]. Ми також прагнемо зробити свій внесок у цей процес: у низці публікацій міждисциплінарного спрямування зроблена спроба обґрунтувати точку зору, що на етапі ноосферного переходу в існуванні людства мета освіти має бути такою: формування здорової людини і досягнення знань, потенційно можливих на сучасному рівні розвитку цивілізації задля підтримки рівноваги у системі „людина–суспільство–природа–Всесвіт” [57].

#### **1.4. Комплексний підхід до освіти майбутнього спеціаліста**

Процеси диференціації й інтеграції наукових знань призводять до корінних перетворень і появи нових дисциплін. Перед суспільством виникають глобальні проблеми екології [55, 66], демографії [5], урбанізації [68], енергозбереження [20, 71], здоров'язбереження [75, 76] тощо. Для їхнього вирішення потрібні великомасштабні програми, що реалізуються при взаємодії багатьох наук. Виникає необхідність не лише зв'язати воедино зусилля фахівців різного профілю, але й об'єднати різні уявлення і рішення в умовах неповноти і невизначеності інформації про комплексний об'єкт [52, 128].

Основні якості фахівця, здатного вирішувати завдання на стику наук, затребуваного сучасним інформаційним суспільством, у літературі представлені досить чітко:

- системне конструктивне мислення, що дозволяє розглядати проблему або явище в цілому, виділяти її складові, їхні взаємозв'язки;

- розвинена уява і просторове мислення, що дозволяє уявити варіанти майбутнього розвитку тих або інших процесів або явищ і адекватне їх сприйняття;

- асоціативне мислення, розвинена інтуїція та пам'ять, які допомагають людині простежити взаємозв'язок, здавалося б далеких один від одного явищ і на цій основі виявити нові закономірності розвитку природи і суспільства;

- варіативність мислення, його незакомплексованість, тобто здатність вийти за межі звичних, сталих уявлень, відчуття нового [38].

У роботі І. А. Ільєвої розглядається актуальність використання в освіті 21 століття гуманітарно орієнтованої моделі фахівця. Автор припускає, що майбутній фахівець з вищою освітою при ухваленні тих або інших рішень у ході трудової діяльності повинен вміти формулювати соціальне завдання професійної діяльності, поставити його на наукову основу, використовуючи соціокультурний та індивідуальний етичний досвід як критерій оцінки [80].

Поки що в Україні не лише вища професійна школа, але й освіта в цілому залишається школою знань (за А. С. Макаренка), а не школою мислення [176]. Розгляду концептуальних питань вищої освіти присвячена робота С. В. Дмитрієва та ін. [154]. Зокрема автори визначили проблемні сфери знань і технології фізкультурної освіти, намітили основні напрямки зростання професійно-педагогічної діяльності. На основі розробки соціокультурних і антропних освітніх технологій у сфері фізичної культури обговорені проектно-орієнтовані методи навчання й системи підготовки і доцільність їхнього застосування на практиці. Творчий характер діяльності сам по собі є могутнім стимулом до пізнання не тільки в навчальному процесі, але й в будь-якій професійній діяльності. *Змагальність* – могутній спонукальний чинник активізації пізнавальної діяльності. Проте в навчальному процесі він не має зводитися до змагання за кращі оцінки або завоювання прихильності викладача. Ігровий характер навчально-пізнавальної діяльності включає як чинник пізнавального інтересу, так і чинник змагальності, але й сам по собі він виступає як ефективний мотиваційний механізм розумової активності учнів [191]. Але тут не все однозначно. Є дані учених, які проаналізували результат функціонування європейських систем освіти. Вони дійшли висновку, що можливо саме «ігрове» навчання, тобто зловживання ігровим методом, є причиною багатьох недоліків виховання через навчання [63].

Ключовими системоутворюючими ознаками особистості виступають емоційність, активність, саморегуляція та спонукання. Ці поняття вживаються у трактуванні Н. І. Шевандріна (за Л. М. Фрідманом та І. Ю. Кулагіним, 1991). Емоційність – це сукупність якостей особистості, що визначають динаміку виникнення, протікання і припинення емоційних станів, чутливість до емоційних ситуацій. Активність – характеристика особистості, що визначає інтенсивність, тривалість, частоту і різноманітність виконуваних дій. Саморегуляція – це системна характеристика, що відбиває



здібність особистості до стійкого функціонування за різних умов життєдіяльності, в умовах навмисної (вольової) регуляції. Спонука – це мотиваційний компонент характеру [191].

Фактично діяльність сучасної української школи як соціального інституту не в усьому відповідає своєму статусу і призначенню. Вона стала «кузнею» величезної кількості фізично-, психічно-, соціально- й етично хворих дітей і вчителів. Керівники держави й освіти мають визнати, що лідируючим позиціям України з корупції та злочинності багато в чому ми зобов'язані сім'ї та школі, де формуються основи світогляду, цінності й мотиви життєдіяльності. На всіх рівнях соціуму сьогодні визнається наявність кризового стану системи освіти, та поки що тенденції до збільшення фізичної й інтелектуальної деградації дітей і молоді зберігаються досить високими. Цікаво було б відповісти на питання: що впливає на формування різнопланових особистостей – творця, руйнівника, споживача тощо? Н. В. Антоненко вважає, що цей процес залежить від безлічі чинників – генетичної, психотипової та соціальної природи. Але основою його все-таки є виховання [14].

І. К. Сосин, доктор медичних наук, професор, академік кількох академій звертає увагу на наступне. З'явилися теоретичні розробки, в яких робиться акцент на таких аспектах виховання, як регулювання, саморегулювання, самоконтролю, саморозвитку, самосвідомості, самовиховання, самовдосконалення, самореалізації, самоорганізації, самоменеджменту людських управлінських якостей з використанням, передусім, засобів і методів психології, психологічної корекції, психологічних тренінгів і аутотренінгів. Комплексне завдання, яке людина має вирішити, – сформулювати власними зусиллями фізичні, психологічні, інтелектуальні, соціальні й духовні складові шляхом усвідомленої вольової регуляції. З цією метою в багатьох вузах України у навчальні плани і програми усіх спеціальностей запроваджена дисципліна «Теорія і практика самоменеджменту». Останніми роками її розглядають як одну з найважливіших дисциплін у підготовці не лише професіоналів своєї справи, але й людини як особистості [163]. Зазначимо, що частка «само» (самость) передбачає наявність вольових якостей і навичок вольової регуляції. Ці якості особливо важливі при формуванні фізичної активності людини. Тому знання і досвід фахівців з фізичного виховання і спорту будуть дуже корисні [79]. В. К. Бальсевич відзначає, що методологічною основою пізнання сутності феномена фізичної активності є еволюційний підхід, що дає можливість ефективно вивчати психофізіологічні можливості й резерви людського організму на основі пізнання й урахування соціально-біологічних закономірностей його розвитку. Гносеологічні завдання еволюційного підходу полягають у формуванні наукового знання про природні закони розвитку фізичного потенціалу людини і розробку на цій основі стратегії соціального стимулювання, управління і корекції його індивідуального і колективного фізкультурного виховання [18, 108].

Отже, багато з освітніх проблем обумовлені низкою обставин:

1. Традиційний поділ у школі цілісного знання на окремі дисципліни, не пов'язані між собою.
2. Виховання відійшло на задній план, а на перше місце перемістилася інформаційна насиченість окремих дисциплін.
3. Порушилася рівновага між біосоціальною природою людини з її біогенетичними потребами й урахуванням цих потреб в освітній системі.
4. Зниження регулятивної функції навчальних знань при формуванні світогляду учня.
5. Превалювання лідируючої функції інформатизації та комп'ютеризації у збиток процесам самореалізації, самовиховання і педагогічного впливу на молодь.
6. Освітня система стала «оптовим постачальником» фізично-, психічно-, соціально- й етично хворих дітей і молоді.

Щоб змінити зазначені обставини або хоча б пом'якшити їхній вплив, спеціалісти різних сфер освіти роблять певні зусилля і досягають відповідних результатів. Зокрема, у статті І. В. Стародубцевої аналізуються сучасні підходи до розуміння й обґрунтування суті інтелектуалізації фізичного виховання, наводяться основні способи її практичної організації в освіті дітей дошкільного і шкільного віку [168]. Інтелект автор трактує як загальну здібність до пізнання і розв'язання проблем, що визначає успішність будь-якої діяльності й лежить в основі інших здібностей. Питання інтелектуального розвитку учнів є одним з актуальних в педагогіці, зокрема в педагогіці фізичного виховання. Часто поняття „навчаємість”, інтелектуальний і розумовий розвиток підміняють один одним. Це свідчить, на думку педагогів-дослідників, про відсутність єдності в дефініції цих категорій і призводить до необхідності уточнення. І. В. Стародубцева вивчила різні точки зору на формування інтелектуальної та розумової сфер учнів. Аналіз показує, що можна виділити декілька основних підходів до розуміння суті інтелектуалізації фізичного виховання (рис. 1.1) [168].

У межах першого напрямку визначається тематика, що формує фізкультурні знання, її зміст і перелік пов'язаних з нею практичних умінь і навичок. У сукупності це є складові інтелектуальної бази фізичної культури учня. Повністю погоджуючись з думкою авторів, слід зазначити, що в цьому випадку йдеться скоріш про освіченість учнів, ніж про їхній інтелект. Інший підхід ґрунтується на уявленні про те, що рівень розвитку інтелекту визначається наявністю конкретних знань про зовнішній світ, інших людей і самого себе. При цьому зміст фізкультурної освіти доповнюється специфічними відомостями з інших навчальних дисциплін, часто не пов'язаних з проблемами тілесності. Прихильники цього підходу вказують на неспроможність традиційної системи фізкультурної освіти, що носить характер лише структурно відособлених практичних занять з рухової підготовки, виконувати функцію інтелектуалізації. Адже обмеження знань, вмінь і навичок лише до практичних дій призводить до загострення

суперечності між установкою на формування цілісної особистості й обмеженістю арсеналу досягнення цієї мети.



Рис. 1.1 – Основні напрями інтелектуалізації фізичного виховання

Третій підхід передбачає визнання взаємодії та взаємовпливу розумової та м'язової діяльності як ланок складної біосоціальної системи «людина». Представниками четвертого напрямку є переважно західні дослідники (Т. Buzan, G. Domann, R. Fisher). Їхній підхід ґрунтується на теорії «безлічі інтелектів». Так Г. Гарднер (1983 р.), крім лінгвістичного, музичного, просторового, математичного й особливого, виділив фізичний інтелект (тілесно-кінестетичний), під яким розуміється вміння керувати своїм тілом з метою самовираження або для виготовлення різних предметів. При цьому підкреслюється природна єдність розумових і фізичних здібностей, що взаємозв'язано проявляються при виконанні фізичних рухів. Надалі це положення дозволило сформулювати основні принципи нового напрямку в науці, що вивчає питання взаємозв'язку між тілом і мозком – «холантропія» (від грец. «*holos*» – єдине ціле + «*anthropos*» – людина). Послідовники Р. Гарднера, зокрема Г. Доман, указують на те, що фізичний інтелект є найбільш раннім, першим і основним видом людського інтелекту. Він лежить в основі розвитку розумового потенціалу, властивого людині від народження. Є авторські методики для його оптимізації в умовах переважно сімейного виховання [168]. На нашу думку, цей підхід є основою професійно-прикладної психофізичної підготовки майбутніх фахівців.

### 1.5. Реформування системи освіти з урахуванням сучасних підходів до екологічно орієнтованого мислення фахівця

Життєдіяльність людини в умовах глобалізації потребує вивчення й урахування глобальних проблем сучасності, від вирішення яких залежить існування і розвиток людської цивілізації. До таких проблем зараховують збереження миру, забезпечення процесів обмеження озброєння і роззброєння; охорону навколишнього середовища; демографічну проблему; усунення голоду і хвороб; подолання відсталості.

Глобалізація – це процес стрімкого формування єдиного загальносвітового фінансово-інформаційного простору на базі нових, переважно комп'ютерних технологій. У численних публікаціях останніх років глобалізація розуміється як процес, у ході якого велика частина соціальної активності набуває світового характеру, в якому географічний чинник втрачає свою важливість [164]. З точки зору системного підходу зв'язки між факторами „глобальних проблем” можна прослідкувати за схемою (рис. 1.2), запропонованою академіком М. М. Амосовим [12].

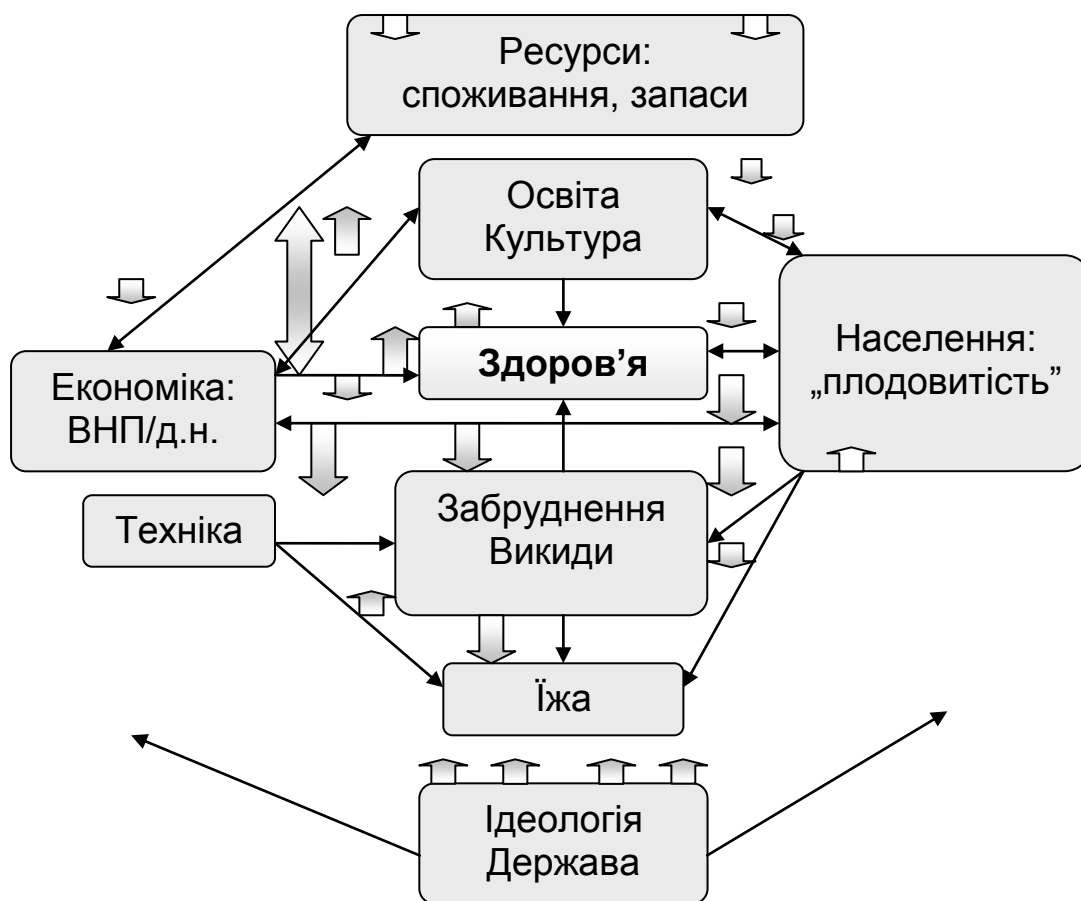


Рис. 1.2 – Схема зв'язків між факторами „глобальних проблем”

На схемі представлено зміст моделі Медоуза з якісним відображенням залежностей між факторами впливу на глобальні проблеми людства. Звичайні стрілки показують прямий, зворотний і взаємний зв'язок. Характер

дії представлений у вигляді об'ємних стрілок: вістря униз вказує на гальмування, угору – на підвищення, стимуляцію дії.

Найважливішим показником є чисельність населення. Його динаміка визначається співвідношенням смертності й народження, а остання – рівнем „плодовитості” (*fertility*) – середньою кількістю дітей на одну жінку. Регулятором плодовитості є економіка, ВВП на душу населення. Виявляється, що багатство країни, впливаючи через підвищення культури, здоров'я і соціальний захист, закономірно знижує плодовитість. А скудність їжі та навіть голод, як і забруднення середовища, практично не впливають на плодовитість бідних народів. Інстинкт можна перемогти культурою. Але не тільки. Конкретні методи скорочення народжень полягають у розповсюдженні протизаплідних засобів, зниженні дитячої смертності, розвитку пенсійного забезпечення, зростанні освіти і зайнятості жінок і, нарешті, державному регулюванні сім'ї [12, С. 247].

Економічний розвиток країни значною мірою визначається демографічними чинниками і передусім чисельністю населення, демографічним навантаженням. Старіння населення стало світовою проблемою. За прогнозами аналітиків, уперше в історії людства, починаючи з 2050 р., дітей у віці 0–14 років буде менше, ніж літніх людей. До цього періоду 53 % усіх літніх проживатиме в Азії і 25 % – у Європі. Коефіцієнт демографічної підтримки літніх людей (число людей працездатного віку на одну людину у віці 65 років і старше) знижується не лише в розвинених, але й у менш розвинених країнах. Внутрішні регіональні відмінності розвитку населення світу лише підтверджують загальну тенденцію старіння населення [65].

Однією з групи проблем, викликаних процесом глобалізації, є глобалізація культури і цінностей. З одного боку, відбувається стирання національних меж і місцевих культур, розчинення їх в потоці масової культури, а з іншого, – обмін поняттями і цінностями сприяє взаєморозумінню.

Одним з пріоритетних напрямів зняття напруженості у системі «людина–природа–суспільство» учені вважають шлях екологічної орієнтації техніко-технологічного розвитку держави. Тому реальне пом'якшення глобальних і регіональних проблем у взаєминах людини і біосфери пов'язують з соціально-екологічною спрямованістю економіки [65, 67]. За даними М. М. Амосова, 75 % населення планети, яке живе у розвинених країнах, у порівнянні з рештою 25 % у тих самих розвинених країнах, споживають 70 % „світових” калорій, 58 % – білків і всього 32 % жирів. Природа людини така, що вона може залишатися здоровою, споживаючи як багато, так і мало їжі, звичайно, у розумних межах. Тут також закладений резерв для виживання. Взаємодія їжі з іншими факторами є очевидною. Зростання ВВП підвищує резерви, а зростання населення їх знижує. Така сама залежність стосується і забруднення середовища. Передбачається, що очікуване вимирання людей буде від хвороб із причин забруднення

середовища, озонових „дірок”, нестачі їжі, особливо білків. Однак, на думку знаного академіка, професора медицини М. М. Амосова, біологічна уразливість людини надто перебільшена і хворіє вона не стільки від зовнішніх ушкоджень, скільки від неправильної, небіологічної поведінки, пов’язаної з її соціальним життям. Особливо в Україні [12, С. 253]. У всесвітньо відомого українського кардіохірурга є аргументи стверджувати, що наші чоловіки помирають у працездатному віці (20–60 років) у 3 рази частіше, ніж на Заході, суто через соціальні фактори – пияцтво і ледарство.

Отже, конструктивне вирішення природоохоронних проблем і залежного від них здоров’я припускає поєднання загальнодержавних інтересів з локальними інтересами і потребами людини. Важливе місце відводиться сфері вищої інженерно-технічної освіти. Освіта як соціальний інститут зумовлюється певною культурою, але в той же час вона може активно сприяти формуванню нової культури – екологічної.

У різних сферах науки дослідники шукають практичні шляхи втілення в життя теорії ноосферного розвитку людини і суспільства. Серйозні кроки робляться у сфері гуманітарних, біологічних, точних та інших наук. Оскільки в кінцевому результаті тон задає бізнес, розглянемо питання екологічної освіти з точки зору можливого результату для суспільства і природи. Іншими словами, постараємося знайти економічні важелі доцільності екологічної освіти для держави. Для цього ми вивчили роботи в галузі економіки, менеджменту і маркетингу підприємств.

У Хартії Торговельно-промислової палати «Бізнес і навколишнє середовище» сформульовані 16 принципів, якими рекомендовано керуватися підприємствам щодо охорони навколишнього середовища. Вони спрямовані на виконання основного завдання – посилити відповідальність виробничого сектора за зміни в охороні довкілля і підтримати ініціативи підприємств, спрямовані на впровадження ефективних систем екологічного менеджменту [90, 140]. Сьогодні, на початку ХХІ ст., стає все більш очевидним, що продумані й ефективні заходи з охорони довкілля, ресурсозберігання і зниження екологічних ризиків цілком відповідають стратегічним цілям підприємства по завоюванню і підтримці конкурентних переваг. Обґрунтування і реалізацію довгострокових цілей підприємства забезпечує стратегічний менеджмент. Стратегічний менеджмент є системою методів з виявлення потенціалів успіху (або неуспіху) підприємства, обґрунтування довгострокових цілей і завдань підприємства і забезпечення їхньої реалізації. Рішення, що виробляються, сприяють ефективній довгостроковій взаємодії підприємства з навколишнім середовищем, включаючи покупців і постачальників, органи влади, конкурентів, ділових партнерів. Стратегічний екологічний менеджмент покликаний виявити потенціальні можливості екологічного характеру для успіху підприємства. Маються на увазі переваги у сфері охорони навколишнього середовища, ресурсозберігання, забезпечення екологічної безпеки, а також пов’язані з його діяльністю екологічні ризики. На цій основі визначаються довгострокові цілі, які

реалізуються через застосування продуманої системи заходів і інструментарію. Отже, екологічний менеджмент, з одного боку, покликаний забезпечити економічне зростання підприємства, а з іншого, – безпеку навколишнього середовища [140].

Екологічний менеджмент – це вид професійної діяльності у сфері природокористування й охорони навколишнього середовища, спрямованого на досягнення мети стійкого розвитку суспільства на основі застосування економічного механізму. Предметом екологічного менеджменту є екологічні сторони діяльності підприємства – природоохоронна, ресурсозберігаюча, енергозберігаюча та ін., а також продукція та послуги, що надаються. За минулий період в теорії екологічного менеджменту є декілька підходів (парадигм), у межах яких аналізуються екологічні вимоги до підприємницької діяльності.

1. *Антропоцентричний* (морально-етичний): увага акцентується на екологічній відповідальності підприємців і менеджерів за забезпечення умов для довгострокового функціонування бізнесу і задоволення потреб суспільства.

2. *Фінансово-економічний*: екологічний менеджмент трактується як підфункція загальної системи управління якістю і безпекою; реалізація природоохоронних цілей розглядається і здійснюється компанією одночасно з виробленням і реалізацією конкурентоздатних стратегій. Такий підхід називають також «подвійним виграшем».

3. *Біосферний* (індустріально-екологічний підхід): екологічний менеджмент трактується як засіб надання індустріальним системам і діям якостей, зіставних з природними системами; при цьому затверджується необхідність урахування принципів індустріальної екології, зокрема, обов'язок підприємств сприяти підтримці цілісності екологічних систем, збереженню біорізноманітності, захисту місць проживання різних біологічних видів й оптимізацію якості флори і фауни.

На думку більшості дослідників, в основі реальних моделей екологічного менеджменту лежать загальні принципи: принцип стійкого розвитку; принцип стейк-холдерів (зацікавлених осіб); принцип циркулярності, кооперації, відповідальності; вимога обліку й управління екологічними ризиками [140]. Зазначимо, що під стійким розвитком розуміють розвиток, який здатний забезпечити задоволення потреб поколінь, що нині живуть, без порушення умов, необхідних для задоволення потреб майбутніх поколінь [62].

Нова парадигма підприємницької діяльності, що базується на принципі сталого розвитку, змінює існуючу парадигму «управління підприємством з урахуванням екологічних проблем». Під впливом вимог сталого, екологічно безпечного розвитку формуються нові методи керування і відповідний управлінський стиль. У процесі керування природоохоронною, ресурсозберігаючою, енергозберігаючою діяльністю підприємство здійснює позитивний або негативний вплив на природні ресурси, навколишнє

природне середовище. Тому кінцевою метою екологічного менеджменту є мінімізація негативних дій на навколишнє природне середовище, досягнення високого рівня екологічної безпеки процесів виробництва і споживання продукції підприємства. При цьому реалізовані завдання мають бути узгоджені з іншими пріоритетними завданнями підприємства.

Зміни в підходах до менеджменту зумовили зміни у підходах до маркетингової діяльності. Формування добровільних екологічних ініціатив підприємств, розробки концепції екологічно чистого виробництва, утилізації відходів потребує модифікації системи маркетингу і його інструментів з урахуванням екологічного чинника [140]. Через новизну питання нині існує декілька визначень екологічного маркетингу («зеленого»), орієнтованого на охорону навколишнього середовища.

- Екологічний маркетинг – це особливий вид діяльності людини, спрямований на задоволення потреб шляхом обміну, який не порушує екологічної рівноваги навколишнього природного середовища і не впливає на стан здоров'я суспільства.

- Екологічний маркетинг – загальна спрямованість маркетингових стратегій і інструментів, яка полягає в поліпшенні природних умов існування людей, тварин, рослин, зниженні навантаження на навколишнє природне середовище і підтримці вимог споживачів, орієнтованих на «зелену» продукцію.

- Екологічний маркетинг – господарська діяльність підприємства, спрямована на виробництво екологічно орієнтованої продукції, формування попиту на цю продукцію, приведення всіх ресурсів підприємства у відповідність до вимог і можливостей ринку для отримання прибутку без заподіяння шкоди навколишньому середовищу.

- Екологічний маркетинг – зусилля підприємств, які направлені на задоволення потреб споживачів у продукції, яка виготовляється з менш шкідливою дією на навколишнє середовище; продовження її життєвого циклу і пропаганда цих зусиль у напрямку збільшення продажу і прибутків підприємства.

- Екологічний маркетинг – це не лише забезпечення максимального збільшення споживання, розширення споживчого вибору, задоволення потреб і максимального збільшення якості життя, а також підтримка стійкого, збалансованого розвитку територій і збереження високої якості навколишнього середовища.

Мета екологічного маркетингу – формування екологічних потреб і, відповідно, попиту на екологічно чисту продукцію. Завдання екологічного маркетингу формулюються так:

- формувати на ринку екологічно усвідомлені потреби;
- пристосувати виробництво до умов ринку і створити умови для збереження навколишнього середовища;
- виробляти конкурентноздатну, екологічно чисту продукцію;
- інтенсифікувати збут екологічно чистої продукції;



- отримувати додатковий прибуток за рахунок екологізації виробництва.

Формування екологічних потреб людини має починатися в ранньому дитинстві і продовжуватися в юнацькому віці. У результаті такі потреби западуть глибоко у свідомість споживача. Як бачимо, саме цим займається бізнес через систему реклами, причому часто неправдиву щодо екологічної складової. Виникає питання: а де ж педагоги, лікарі, батьки і чи можуть вони протистояти інтересам недоброякісного бізнесу?

Згідно з теорією З. Фрейда, людина не повністю усвідомлює мотиви своєї поведінки, діючи часто підсвідомо. З метою стимулювання підсвідомих елементів психіки людини покупець слід розглядати як особистість з певною кількістю неусвідомлених вчинків і бажань. Надалі це треба враховувати при оформленні товару, його дизайні, а також у рекламній практиці. Американський учений Г. Шварц розділив мотиви споживача на раціональні, ірраціональні й емоційні. Раціональні мотиви – прибуток і економія, зниження ризику, зручність, якість, гарантійне обслуговування. Ірраціональні мотиви неможливо пояснити з точки зору логіки. Емоційні мотиви – це орієнтація на моду, бажання бути прийнятим у суспільстві, самоствердження. Такі мотиви часто перевищують раціональні. Саме тому в рекламі, зокрема екологічній, часто звертаються до емоційних висловлювань, причому обов'язково орієнтуються на національні особливості психіки. Наприклад, емоції українців тісно пов'язані з явищами природи. З давніх часів вони наділяють природу людськими рисами. Українці чутливі, емоційні, сила їхнього емоційного сприйняття може знижувати раціональні мотиви. Це часто призводить до нерішучості, труднощів у виборі товарів, невизначеності. Тому сила емоційного звернення часто є досить переконлива. Цінним матеріалом при цьому є народні пісні, ворожіння, легенди, прислів'я, вірування. Пропонуючи екологічно чисту продукцію, у рекламі можна звертатися до традиційних культів українців – землі, води (чиста, як сльоза, криниця), дерев (дуб – сила, могутність, сосна – оздоровчі властивості, верба – символ краси, чистоти, природного захисту, калина – сімейне щастя, природна свіжість, символ печалі). Етичні норми українців з давніх часів забороняли без особливої необхідності вирубувати дерева, знищувати птахів, звірів [90].

Формування екологічно усвідомленої поведінки споживачів на ринку товарів здійснюється у три етапи. Спочатку формується екологічна потреба, потім з'являється мотив, причина, привід для дії, і, нарешті, виявляється екологічно усвідомлена поведінка. Необхідно відзначити, що спостерігається еволюція потреб у міру розвитку людини, тобто у міру її переходу від загальної мети виживання до цілей вищого порядку, які торкаються стилю і якості життя.

Велике значення для формування потреб мають елементи екокомунікацій, наприклад, зв'язки з громадськістю через PR-акції. Зв'язки з громадськістю – це встановлення спілкування з аудиторією щодо компанії або товару і спосіб управління засобами інформації (книжки, брошури,

бюлетені, річні звіти, внутрішні публікації, аудіовізуальні матеріали). При проведенні PR-акцій, важливими елементами є, зокрема, такі:

- обґрунтування і публічне декларування підприємством основних принципів екологічної діяльності (декларування екополітики);
- формування і розширення підприємством екологічної звітності;
- екологічна відвертість підприємства. Поширення як позитивної, так і негативної інформації про екологічну діяльність підприємства. Залучення підприємством представників населення і громадськості до ухвалення рішень, пов'язаних з суттєвою дією на навколишнє середовище і використання природних ресурсів;
- екологічне інформування і робота з персоналом тощо.

Інноваційним інструментом екокомунікацій, який сприяє зростанню обсягу продажів й іміджу фірми, є екоспонсорування. Особливе місце посідає екологічно орієнтований інвестиційний менеджмент, який здійснюється за допомогою певних процедур експертизи. Екологічна оцінка наміченої діяльності служить інструментом екологічної політики держави і підприємства. У рамках екологічно орієнтованого інвестиційного менеджменту на базі встановлених маркетингом довгострокових потреб і з урахуванням відповідних процедур експертизи визначаються і створюються виробничі й обслуговуючі потужності, які забезпечують охорону навколишнього середовища, ресурсозберігання, підвищення рівня екологічної безпеки процесів виробництва і споживання вироблюваної підприємством продукції.

Розробляючи різні екологічні проекти, зокрема природоохоронні, ресурсозберігаючі, спрямовані на мінімізацію відходів, а також звичайні інвестиційні проекти зі значними екологічними наслідками, на етапі вибору і обґрунтування проекту як превентивний інструмент екологічної політики використовують систему екологічної оцінки. Так роблять практично у всіх країнах світу [90].

Проведення екологічної оцінки засноване на простому принципі: легше виявити і попередити негативні для навколишнього середовища наслідки діяльності на стадії планування, ніж знайти і виправити їх на стадії здійснення проекту. Таким чином, на етапі вибору й обґрунтування проекту здійснюють усебічний аналіз можливої дії запланованої діяльності на навколишнє середовище і використання результатів цього аналізу для запобігання або пом'якшення екологічних збитків. Дія на навколишнє середовище – це будь-яка зміна в навколишньому середовищі, яка повністю або частково може бути результатом наміченої діяльності.

Основним нормативним документом, який регламентує принципи і методи проведення екологічної експертизи, є Закон України «Про екологічну експертизу» (від 09.02.1995 № 45/95-ВР). Екологічна експертиза – це вид науково-практичної діяльності спеціально уповноважених державних органів, еколого-експертних формувань і об'єднань громадян, який базується на міжгалузевих екологічних дослідженнях, аналізі й оцінці проектних

матеріалів або об'єктів, реалізація яких може негативно впливати на стан навколишнього середовища і здоров'я людини. Мета екологічної експертизи – попередження негативного впливу антропогенної діяльності на стан охорони природного середовища і здоров'я людини, а також оцінювання екологічної безпеки господарської діяльності й екологічної ситуації на окремих територіях і об'єктах. Основними завданнями екологічної експертизи є:

- визначення ступеня екологічного ризику і безпеки запланованої або здійснюваної діяльності;
- організація комплексної, науково обґрунтованої оцінки об'єктів екологічної експертизи;
- установлення відповідності об'єктів екологічної експертизи вимогам законодавства, будівельних норм і правил;
- оцінка дії функціонування об'єктів екологічної експертизи на охорону природного середовища і якість природних ресурсів;
- оцінка ефективності, повноти, обґрунтованості й достатності заходів щодо охорони природного середовища;
- підготовка об'єктивних, всебічно обґрунтованих висновків екологічної експертизи [90].

Екологічна орієнтація менеджменту припускає таку ж орієнтацію фінансового менеджменту й аудиту в туризмі. Екологічний аудит – це різновид аудиторської діяльності, пов'язаної з перевіркою діяльності суб'єктів господарювання в цілях встановлення відповідності їхньої роботи вимогам екобезпеки, забезпечення раціонального використання і відновлення природних ресурсів, а також отримання достовірної інформації про виробничу діяльність об'єкта аудиту, формування на її основі аудиторського висновку.

На нашу думку, кваліметрія вищої професійної освіти в туризмі має враховувати спроможність вирішення фахівцями практичних завдань екологічного менеджменту, маркетингу й аудиту туристичної діяльності. Це сприятиме отриманню турпродукту, якісного з точки зору екологічної безпеки для довкілля і здоров'язберігаючого для споживача.

## **Розділ 2**

### **ТЕХНОЛОГІЯ РОЗРОБКИ ПРОФЕСІЙНО ОРІЄНТОВАНИХ ПРОГРАМ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ СТУДЕНТІВ**

Фізична культура прямо і опосередковано охоплює такі властивості, якості, орієнтації особистості, які дозволяють їй розвиватися відповідно до культури суспільства, досягати гармонії знань і творчої дії, відчуттів і спілкування, фізичного і духовного стану, вирішувати суперечності між природою і виробництвом, працею і відпочинком, фізичним і етичним.

Досягнення такої гармонії забезпечує людині соціальну стійкість, продуктивну життєдіяльність взагалі та професійну діяльність зокрема, забезпечує самовідчуття психофізичного комфорту [41]. Якщо це прийняти за мету, фізичне виховання спрямовано на опанування і примноження досягнень і цінностей вітчизняної та світової фізичної культури. За цих умов можна досягати дієвих і довготривалих результатів професійного становлення і подальшого розвитку професійної майстерності.

## **2.1. Зміст професійно спрямованої фізичної культури студента**

У рамках науково-дослідної роботи «Розробка методології формування національної гуманітарно-технічної еліти» на кафедрі педагогіки і психології управління соціальними системами Національного технічного університету «ХПІ» було виконане дослідження, мета якого – визначення змісту професійної фізичної культури особистості, розробка і перевірка ефективності педагогічної технології її формування у студентів технічних вишів [29]. Об'єкт дослідження – фізичне виховання студентів технологічного вузу. Предмет дослідження – формування професійної фізичної культури особистості студентів технологічного вузу. Для висунення гіпотези базовими були науково-теоретичні розробки і рекомендації з використання наукового досвіду в процесі формування ціннісного ставлення до фізичного виховання і знань у сфері фізкультурно-спортивної діяльності студентів (В. К. Бальсевич, М. Я. Віленський, Л. І. Лубишева, А. П. Матвеев та ін.) [18, 42, 107]. Гіпотеза дослідження – розробка і впровадження технології формування аксіологічного, когнітивного й індивідуально-творчого компонентів фізичної культури особистості у студентів технологічного вузу дозволить оптимізувати процес фізичного виховання і сприятиме формуванню професійної фізичної культури студентів. Окремими завданнями дослідження були такі, як визначення поняття «професійна фізична культура особистості інженера», створення моделі та на її основі обґрунтування змісту фізичного виховання. Результати дослідження наведені нижче.

Прикладне використання фізичного виховання в життєдіяльності людини і суспільства пройшло певний історичний шлях розвитку. Виникнення фізичного виховання обумовлене об'єктивною причиною – потребою у підготовці людини до роботи. «У первісному періоді фізичні вправи мали лише прикладне значення, тобто були максимально наближені до трудової діяльності» [103, С. 8]. Як визначає історик фізичної культури Б. Голощапов, ще на початку розвитку людського суспільства фізичні вправи були засобом підготовки людини до трудової й військової діяльності й надалі мали провідне значення в її підготовці до різних умов роботи, які постійно ускладнювалися [60, С. 25].

Створена за радянські часи система фізичного виховання була спрямована на забезпечення народного господарства високопродуктивною

робочою силою. Досягалася ця мета спочатку у вищих навчальних закладах формуванням психофізичної готовності до професійної діяльності, а потім забезпеченням готовності до роботи у конкретній професійній діяльності безпосередньо на виробництві через виробничу гімнастику і фізкультурні паузи. Зазначимо, що така система мала серйозні недоліки. Один з головних – як і в усій радянській системі освіти, студент був об'єктом, пасивним виконавцем, а головними організаторами і керівниками цього процесу були в інституті – викладач, а на виробництві – інструктор або майстер. Програми професійної підготовки у виші зазвичай розроблялися без урахування потреб і мотивів студентів, їх індивідуальних здібностей. Сьогодні в Україні задекларований пріоритет гуманістичних ідеалів, які відображені у „Національній доктрині розвитку освіти України у XXI сторіччі” і в Державній національній програмі «Освіта». Відповідно до гуманістичної парадигми освіти, процес фізичного виховання безпосередньо має враховувати індивідуальні здібності й інтереси студента. Роль викладача – допомогти створити кожному студенту індивідуальну траєкторію професійної підготовки. Гуманні відносини в цьому процесі формуються через діалог, партнерство, співтворчість, що надає можливість забезпечити кожному студенту професійне зростання у процесі фізичного виховання. При цьому навчання на першому етапі має формувати цілісну особистість студента, не бути відірваним від його системи життєвих цінностей і установок [196, С. 10]. На наступному етапі треба удосконалювати аксіологічну сферу, сформувавши нові цінності особистості майбутнього фахівця, зокрема стосовно здоров'я людини, суспільства, природи.

Для реалізації гуманістичної парадигми в організації процесу фізичного виховання необхідно ширше запроваджувати особистісно орієнтований підхід з урахуванням професійної орієнтації. Особистісно орієнтоване навчання у вищих навчальних закладах виходить із розуміння унікальності досвіду кожного студента як важливого джерела навчання. Тим самим визнається, що в навчанні не просто відбувається засвоєння знань, а збагачується і примножується досвід студента. Це й складає «вектор» індивідуального професійного розвитку [61].

Студент має сам усвідомлювати цінність знань з фізичного виховання для себе особисто й для своєї професійної діяльності. У решті-решт досвід, який передається викладачем, об'єднується з досвідом студента. При цьому вони повинні взаємодіяти не по лінії витіснення, а через узгодження. Потім настає їх взаємозбагачення, а це в свою чергу надає можливість реалізації особистих устремлінь [196]. Для реалізації такого підходу необхідно залучити студента до активного дослідження себе як особистості й до визначення ним шляхів самореалізації свого потенціалу. Мета такого навчання – не тільки надати якомога більше знань студенту, розвинути фізичні якості в ім'я спортивного результату або отримання заліку, а стимулювати його роботу на поступове особистісне зростання й самовдосконалення. Тобто за допомогою засобів фізичної культури відкрити

можливості для самоактуалізації, саморозвитку і самореалізації з урахуванням вимог подальшої професійної діяльності.

Кожному майбутньому інженеру на основі врахування здібностей, темпераменту, біологічної статі, інших психофізіологічних особливостей задається індивідуальна професійна програма розвитку. На неї і має спиратися система особистісно орієнтованого навчання. Ми припускаємо, що така система сформує у студента відповідальність перед самим собою (зокрема за здоров'я і наслідки роботи), дозволить відчувати себе творцем свого професійного покликання. Природно, це вимагатиме суттєвої корекції усього змісту фізкультурної освіти і методів його реалізації.

Змістовний компонент навчального процесу має охоплювати, з одного боку, все те, що необхідне для фізичного розвитку особистості, з іншого, – формувати її культурний компонент. Культурний компонент фізичного виховання слід спрямувати на формування професійної фізичної культури особистості. Взаємозв'язок загальної та професійної фізичної культури представлений на рис. 2.1 [30].

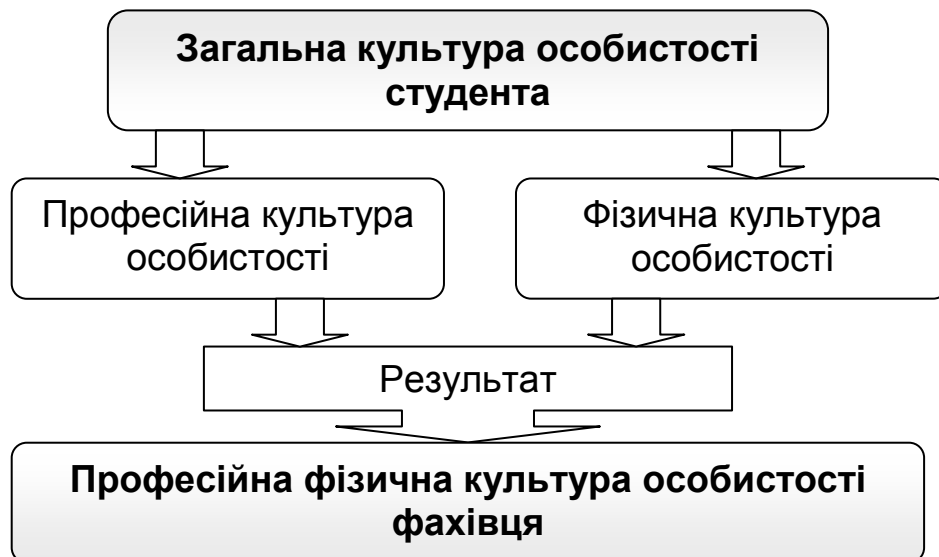


Рис. 2.1 – Взаємозв'язок загальної, фізичної і професійної культури особистості

Таким чином, якщо загальна культура особистості відбиває широту оволодіння ціннісним змістом духовної та матеріальної культури, ступінь залучення особистості до створення їхніх цінностей, готовність і здібність до їх продукування, то професійна культура відображує прояв загальної культури у специфічних умовах професійної діяльності. Фізична культура виступає як складова частина загальної культури студента, як найважливіша якісна динамічна характеристика його особового розвитку, як фундаментальна цінність, що визначає початок його соціокультурного буття, спосіб і міру реалізації сутнісних сил і здібностей [180]. Професійна фізична культура особистості є результатом особистісного осмислення, вироблення

уявлень, відносин, переконань, програм поведінки. У ній інтегруються структура самосвідомості, аспекти саморегуляції, самопізнання, самоствердження. На цій основі формується Я-концепція особистості, забезпечується її стійка адаптивна культурна поведінка виходячи з особливостей професійної діяльності.

Поняття «професійна фізична культура інженера» є досить новою і потребує уточнення. По відношенню до «фізичної культури особистості» це поняття є видовим, тому для визначення його змісту уточнімо поняття «фізична культура особистості». Сучасне уявлення про фізичну культуру особистості науковцями у галузі фізичного виховання (М. Я. Віленський, В. А. Волков, П. І. Залетаєв, В. П. Шеянов, Б. І. Загорський та ін.) пов'язується не лише з розвитком рухових якостей, здоров'ям, але і культурою, широтою і глибиною знань людини, її мотивацією і світоглядом у сфері фізкультурно-спортивної діяльності [42, 44].

На думку Р. С. Сафіна та ін., фізична культура особистості є органічною єдністю ціннісних орієнтацій, мотиваційно-потребнісної сфери, фізичної досконалості та практичної діяльності. Спираючись на фундаментальні дослідження особистості більш цілісний підхід у визначенні цієї категорії дає Т. В. Скобликова. Згідно з її визначенням фізична культура особистості – це цілісне, багаторівневе і багатокомпонентне утворення, що включає мотиваційно-ціннісний, орієнтаційний, операційний, енергетичний, оцінний компоненти, а також розумову діяльність у режимі методологічної рефлексії як внутрішнього плану свідомості [32]. Взявши це визначення за основу і враховуючи професійні мотиви й умови діяльності інженера, професійну фізичну культуру інженера можна визначити як:

- цілісне утворення, що включає систему професійних мотивів, досягнення досконалості й довголіття в інженерній діяльності без зниження працездатності й готовності до розвитку;
- культуру організації трудової діяльності, культуру формування і збереження професійного здоров'я за допомогою сформованих ціннісних мотивацій щодо здоров'я і здорового способу життя.

Більшість інженерних професій механізована й автоматизована, зростає відсоток розумової, малорухливої роботи. Комфортні умови роботи призводять до «м'язового голоду» і, як наслідок, – до зменшення енергетичного потенціалу, зниження працездатності робітника, стійкості його організму до захворювань. При цьому підвищується емоційна і нервова напруга, збільшується навантаження на органи зору і слуху. До того усе це відбувається на тлі підвищення вимог до працездатності й надійності спеціаліста.

Отже, є об'єктивна необхідність урахування сучасних тенденцій виробництва і вимог до робочої сили. Звідси – пріоритет у фізичному вихованні вишу має бути наданий, передусім, формуванню ціннісного, відповідального ставлення фахівця до здоров'я й основних засобів його зміцнення – фізичної культури і спорту. Для цього викладачі мають

приділяти особливу увагу вихованню мотивацій до самостійних занять фізичними вправами з компенсаторною, профілактичною та оздоровчою спрямованістю, навчити студентів грамотно складати комплекси виробничої гімнастики і виконувати її [30].

Для організації фізичного виховання з метою формування виділених нами компонентів необхідно розробити і впровадити педагогічну технологію – модель навчально-виховного й управлінського процесу. Вона має об'єднувати в собі провідну концепцію, поетапний зміст, форми і засоби досягнення мети її впровадження. Така технологія дозволить зробити процес керованим, а також забезпечити його корекцію.

Є багато публікацій, в яких обґрунтовано, що зміст дисциплін «Фізична культура» і «Фізичне виховання» має відповідати їхній культурологічній, гуманітарній спрямованості [18, 107, 109]. Виходячи з гуманістичної парадигми освіти в основі її розробки лежить особистісно орієнтований підхід, тобто підхід діалогу, що визначає суб'єкт-суб'єктну взаємодію і збільшення міри свободи студента. Технології такого типу передбачають перетворення позицій викладача і студента у рівноправні [22]. Згідно з ними викладач актуалізує, стимулює студента до загальнокультурного, професійного і фізичного розвитку, створює умови для його саморуку. Таким чином, технологія повинна спрямовувати на те, щоб студент бажав готуватися до професійної діяльності (мав мотивацію) і знав, як це робити (мав знання з основ фізичного виховання, розумів себе), умів підбирати засоби самовиховання і правильно їх застосовував (практично реалізовував), а також контролював і коректував свою підготовку. Відповідно до певних завдань у структурі технології, можна виділити такі етапи досягнення потрібного результату:

- 1) мотиваційний;
- 2) когнітивно-орієнтовний;
- 3) діяльнісно-процесуальний;
- 4) контрольне коректування.

На першому етапі основною метою є визначення основних особистих мотивів кожного студента і формування ціннісного ставлення до занять з фізичного виховання. Цей етап є найголовнішим, усі інші етапи мають постійно збагачувати його результати. Основна мета другого етапу – сприяти усвідомленню кожним студентом необхідності занять фізичним вихованням, а також закладення теоретичної основи, створення індивідуальної траєкторії професійного розвитку особистості, тобто розуміння своєї індивідуальної професійної сутності, на основі якої створюється персонал-технологія професійної підготовки. Мета діяльнісно-процесуального етапу – практична реалізація індивідуальної програми формування цілісної особистості інженера. Мета останнього етапу – перевірка рівня професійної фізичної культури студента.

Впровадження зазначеної технології в НТУ «ХПІ» значно підвищило рівень професійної фізичної культури студентів. Зокрема, на 32 %



збільшилася кількість студентів, які самостійно займалися фізкультурно-спортивною діяльністю і виконували фізичні вправи під час занять за комп'ютером; а також, і це найголовніше, – на 20 % зменшилася кількість студентів, які мали негативну мотивацію до занять фізичними вправами.

Отже, зміст компонентів професійної фізичної культури особистості майбутнього фахівця базується на особистісно значущій індивідуальній концепції фізичного виховання, яка реалізується не лише протягом навчання у виші, але й у подальшій професійній діяльності. Розроблена технологія дозволила збільшити ефективність навчального процесу. Виконане дослідження є етапним для створення системи формування професійної фізичної культури особистості. Адже потрібен час, щоб забезпечити підготовку викладачів до реалізації розробленої технології, а також методично забезпечити цей процес.

Таким чином, поняття «професійна фізична культура особистості» є органічною єдністю ціннісних орієнтацій, мотиваційної сфери, культурних звичок, норм, цінностей і практичної діяльності у фізичному вихованні відповідно до вимог професії. У модель цього поняття, крім фізичного удосконалення, високого рівня працездатності та здоров'я, необхідно включити ще такі складові, як формування відповідальності перед державою і своїми нащадками за стан свого здоров'я, ціннісне ставлення до нього.

Викладачам фізичного виховання треба розширити арсенал своїх знань, умінь і навичок, доповнивши їх знаннями про особливості майбутньої професії студентів і можливі професійні захворювання за умов високої або надвисокої фізіологічної вартості праці.

## **2.2. Індивідуальна професійна фізична культура особистості**

Індивідуальна професійна фізична культура особистості є результатом особистого осмислення, вироблення уявлень, відносин, переконань, програм поведінки у професійній діяльності. У ній інтегруються структура самосвідомості, аспекти саморегуляції, самопізнання, самореалізації. На її основі забезпечується стійка адаптивна культурна поведінка особи у різноманітних умовах професійної діяльності. Отже, професійна фізична культура – це багатоконпонентне і багаторівневе поняття, яке можна представити у вигляді моделі (рис. 2.2) [30].

Представлена модель дозволяє сформулювати такі завдання фізичного виховання:

1) освітні – формування засобами фізичного виховання прикладних знань, умінь і звичок, професійної фізичної культури особистості (ціннісне ставлення, знання і звички з ППФП), готовності до професійної фізичної самопідготовки;

2) виховні – виховання гармонійної особистості з цілісним, здоров'язоощаджувальним мисленням, формування інтересу, стійкої

мотивації до навчальних занять, виховання професійно важливих фізичних, психічних, особистісних і емоційно-вольових якостей;

3) розвиваючі – удосконалення психофізичної підготовленості до майбутньої професії, керування рівнем професійної працездатності, досягнення високого рівня працездатності;

4) оздоровчі – формування необхідного рівня фізичного, психічного, соціального, етичного здоров'я, яке забезпечить високу працездатність і надійність у професійній діяльності;

5) культурологічні – збереження етнокультурних традицій здорового способу життя, формування соціокультурних цінностей здоров'я і звичок культурного способу життя.

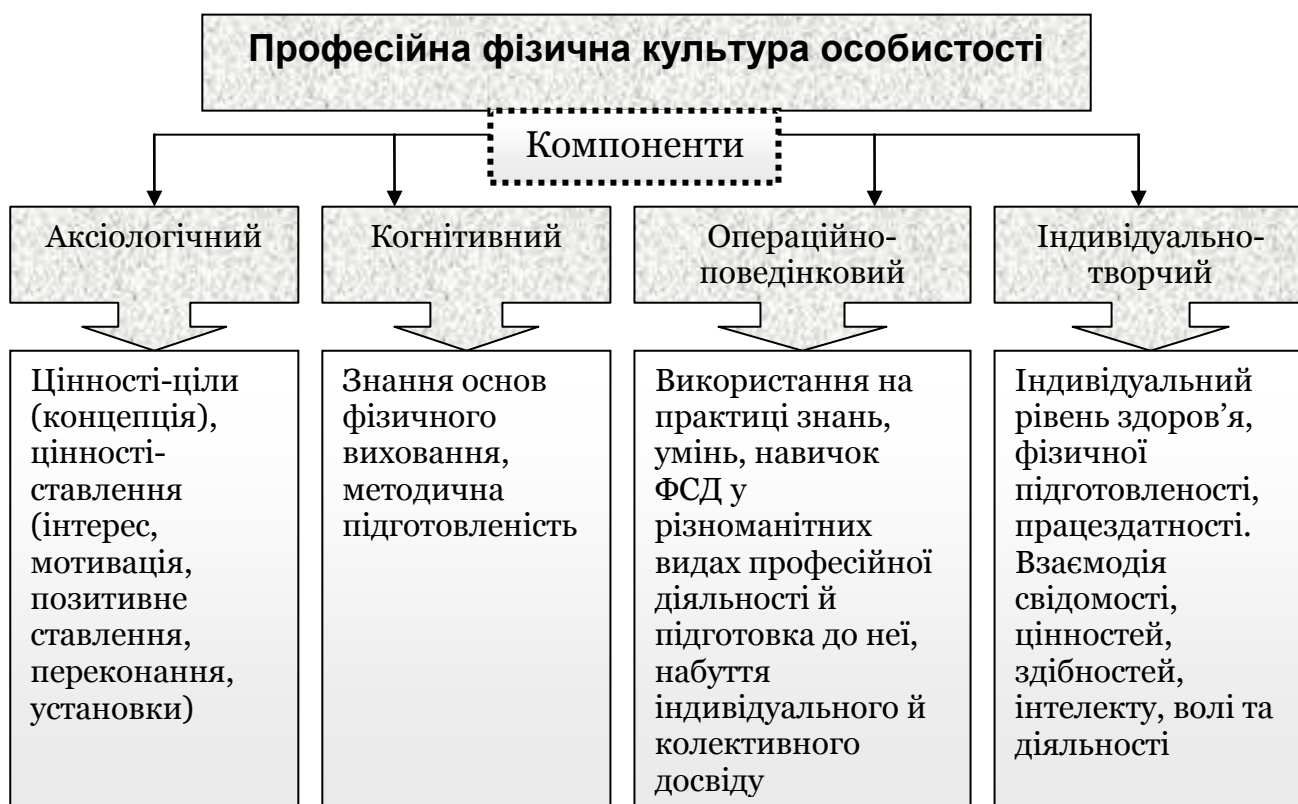


Рис. 2.2 – Модель професійної фізичної культури особистості

Для реалізації зазначених завдань у зміст фізичного виховання доцільно запровадити, окрім операційно-поведінкового, ще й когнітивний, аксіологічний та індивідуально-творчий компоненти. Це обумовлено також тим, що на українських підприємствах повністю ліквідовані заняття фізичними вправами в режимі робочого дня і в період дозвілля, кожен робітник має сам піклуватися про свою працездатність і здоров'я. Слід нагадати, що за останні десятиліття виробництво завдяки високим темпам науково-технічного прогресу і комп'ютеризації повністю змінило характер і умови праці випускників вищих навчальних закладів.

Уточнімо, що аксіологічний компонент є сукупністю сталих цінностей, опановувавши які студент їх суб'єктивує, робить особистісно значущими. Суб'єктивне сприйняття і засвоєння цінностей обумовлене багатством особистості, розвиненим загальнокультурним мисленням і свідомістю, досвідом діяльності у сфері фізичної культури і спорту, наявністю індивідуальної системи використання засобів фізичного виховання, які відповідають спрямованості особистості, її інтересам, наявному стану психофізичних і функціональних можливостей і здібностей [35].

Асимілюючи і перетворюючи суспільно необхідні та соціально-групові цінності, студент будує власну систему цінностей і виробляє особистісну професійну концепцію сенсу фізкультурно-спортивної діяльності. Зміст цього компонента можна представити як сукупність цінностей, з яких можна виділити:

- цінності-цілі, які розкривають значення й сенс індивідуальних цілей, включаючи систематичну фізкультурно-спортивну діяльність і досягнення за допомогою її професійної культурної стратегії й тактики життєдіяльності, у тому числі успішності реалізації професійних планів, збереження і зміцнення здоров'я тощо;

- цінності-відносини, що включають ставлення до самого себе, до своєї професійної діяльності, позитивну мотивацію та ставлення до фізичного виховання, а також переконання, установки [107].

Для формування аксіологічного компонента беруть до уваги такі елементи:

- основні терміни і поняття фізичної культури;
- наукові факти, що пояснюють закономірності функціонування фізичної культури суспільства й особистості, що дозволяють сформулювати переконання;
- основні закони, положення, принципи, що розкривають сутність явищ у фізичній культурі, об'єктивні й суб'єктивні зв'язки між ними;
- теорії, пояснення явищ, що відбуваються у фізичній культурі як соціальному феномені, а також ті, що визначають особистісний розвиток;
- знання про об'єкт і предмет фізичної культури, методи її пізнання, історії розвитку;
- засоби творчого використання набутих знань, умінь, навичок у різноманітних видах професійної діяльності, у формах фізкультурної діяльності.

У зміст когнітивного компонента входить впорядкована система теоретико-методологічних, науково-практичних і спеціальних знань, необхідних для розуміння природних і соціальних процесів, пов'язаних з функціонуванням фізичної культури суспільства й особистості, уміння їх адаптивного, творчого використання для особистісного і професійного самовдосконалення при виконанні навчальної та професійної діяльності. Операційно-поведінковий компонент включає практичне використання

адекватних засобів, форм, методів, прийомів діяльності у фізичному вихованні для досягнення необхідних результатів у подальшій професійній діяльності. Індивідуально-творчий компонент обумовлений тим, що його може реалізувати студент, що володіє розвинутою самосвідомістю і здатний виділити своє «Я» з навколишньої дійсності. Творчий характер діяльності, пов'язаний із новизною і значущістю її результатів. Він обумовлений синтезом пізнавальної, емоційної, вольової та мотиваційної сфер особистості. Формування особистісного сенсу потребує від студента достатньо високого ступеня активності, здатності керувати собою, регулювати свою поведінку відповідно до виникаючих ситуацій. Індивідуально-творчий компонент забезпечує процес постійного подолання суперечностей, переборювання себе задля нового цілковитого розкриття професійних здібностей і потенціалу. У цьому випадку відбувається безперервне нарощування особистісного потенціалу через самозаперечення і самовизначення в результаті й у процесі фізкультурно-спортивної діяльності. В операційно-поведінковий компонент професійно-прикладної фізичної культури може, наприклад, входити такий елемент, як організація практичних занять фізичними вправами. Для індивідуально-творчого – поступове перетворення процесу навчання і виховання у процеси самоосвіти, самовиховання, самовдосконалення, саморозвитку [42].

Отже, сформувати професійну фізичну культуру особистості можна тільки за умов реалізації взаємодії всіх розглянутих компонентів на лекційних, методичних, семінарських, практичних і навчально-тренувальних заняттях.

### **2.3. Впровадження особистісно орієнтованих принципів у навчальний процес з фізичного виховання**

В умовах неконтрольованого впливу інформації на особистість студента потребу у фізичному самовдосконаленні доцільно формувати з урахуванням конкретних статистичних даних щодо впливу професії на здоров'я і продуктивність праці. Реалізація заходів щодо наукової організації праці може бути здійснена за допомогою професійно-прикладного розвиваючого навчання, зокрема в рамках дисциплін «Фізичне виховання» і «Фізична культура» [28]. Проблема розробки та впровадження особистісно орієнтованих принципів фізичного виховання у напрямі особистісно орієнтованого підходу в умовах Болонської системи освіти окремо не вирішувалась. У системі фізичного виховання принципи систематичності, циклічної побудови занять, доступності враховуються і використовуються для організації навчально-виховної роботи. Поняття „принцип” ми вживаємо у такому значенні: це першооснова, провідна ідея, основні правила. Тому без їх розгляду неможлива реалізація завдань удосконалення навчального процесу.

У науково-методичній літературі накопичено значний матеріал з обґрунтування та забезпечення загально-дидактичних принципів і принципів фізичного виховання. До першої групи належать такі принципи: гуманізації, свідомості й активності, науковості, систематичності та системності, доступності, позитивної мотивації й самостійності, індивідуалізації та диференціації, наочності, поступовості, міцності та прогресування. Другу групу складають принципи безперервного систематичного чергування навантаження та відпочинку, адаптивного збалансування динаміки навантажень, циклічної побудови системи занять.

Результати дослідження дозволяють зробити деякі висновки. Причиною малоефективної практичної організації фізичного виховання є, по-перше, недотримання багатьох принципів, а по-друге, для створення позитивної мотивації, підвищення активності та свідомості студентів, індивідуалізації фізичного виховання необхідно впроваджувати нові принципи. З урахуванням необхідності створення особистісно орієнтовного навчання корисними для нашого дослідження є принципи, запропоновані А. Хуторським. Це принципи особистісного цілепокладання, вибору індивідуальної навчальної траєкторії, створення міжпредметних зв'язків, продуктивності, навчальної рефлексії. В основу їх систематизації покладена навчальна діяльність студента.

На початковому етапі дослідження в експериментальних групах створювалися особистісно орієнтовані педагогічні умови, зокрема такі, як забезпечення гуманних засад фізичного виховання. Йдеться про застосування діалогового підходу, впровадження особистісно орієнтованої технології навчання; формування професійно значущих мотивів у фізичній підготовці студентів вищих технічних навчальних закладів; оновлення навчальної програми через удосконалення змісту. У проведеному дослідженні основними умовами формування позитивної мотивації та ціннісного ставлення до фізичного виховання у студентів були такі:

1. Вивчення мотивів, які спонукають до занять фізичною культурою. Така інформація визначала напрям, засоби, методи і форми роботи студентів на уроках з фізичного виховання і надавала можливість вибору форм і засобів для самопідготовки.

2. Усвідомлення викладачем своєї ролі як консультанта з фізичного виховання. Вона передбачала допомогу кожному студенту створити свою особисту траєкторію зростання та надати оптимальніший інструментарій для досягнення цього з урахуванням особистих мотивів, здібностей та можливостей, а також допомогти забезпечити ціннісне ставлення до фізичного виховання як засобу професійної підготовки.

3. Демократичний стиль спілкування, що позитивно відбивалося на всьому навчальному процесі. Якщо підґрунтям такої взаємодії є довіра і взаєморозуміння, то можна розраховувати на виникнення емоційного позитивного ставлення до фізичного виховання.

4. Взаємозв'язок навчальних і самостійних форм організації фізичного виховання.

5. Можливість задоволення потреб кожного студента в самостійному і вільному виборі засобів, методів і форм занять фізичним вихованням з метою сприяння професійній підготовці.

6. Спонування студентів до фізичної самопідготовки (самоорганізації, самодіагностування та самоконтролю).

Найважливішим завданням педагогічного дослідження було формування у студентів стійкого інтересу, позитивних мотивів і ціннісного ставлення до себе, свого здоров'я, своєї професійної реалізації, що виявлялося у потребі досягти особистого значущого результату. Для створення гуманних засад були визначені особисті цілі, потреби та мотиви студентів щодо занять фізичним вихованням. Усі мотиви навчальної діяльності були поділені на дві великі групи: позитивні – «мотиви успіху» (мотиви розвитку, досягнення конкретних результатів, формування особистості й ін.) та негативні – «мотиви страху невдачі» (бажання уникнути засудження, покарання – страх отримання незадовільної оцінки або незаліку).

Діагностування мотивів успіху показало, що на першому місці (83–85% студентів) серед усіх позитивних мотивів займатися фізичним вихованням є мотив поліпшення здоров'я. Першим завданням для викладача було допомогти студентові розробити свою особисту програму розвитку здоров'я. Спочатку кожному пропонувалося створити особисту концепцію здоров'я. Після створення алгоритму здоров'я студенту пропонувалося спробувати перейти на наступний рівень спортивного та професійного зростання. Припускається, що поряд із забезпеченням здоров'я формуються особистісні, фізичні, психічні якості майбутнього інженера. З цією метою студентам пропонувалися форми робіт за вибором – лекції, бесіди чи самостійне опрацювання довідкової та методичної літератури.

Алгоритм індивідуальної програми з професійного зростання засобами фізичного виховання складається з кількох етапів:

1 етап – активізація потреби через визначення свого рівня фізичної підготовленості з урахуванням показників норми;

2 етап – мотивація за допомогою вивчення основ фізичного виховання, зокрема техніки виконання вправ, комплексів розвитку фізичних, психічних, особистісних якостей, професійно профілактичних комплексів, прийомів самоконтролю, принципів дозування навантаження тощо;

3 етап – моделювання, тобто встановлення взаємозв'язку між особистою метою і завданням, засобами, формами і методами фізичного вдосконалення, а також моделювання індивідуального плану занять (спочатку за допомогою викладача), обов'язкового визначення термінів контролю основних показників;

5 етап – практична діяльність, зокрема проведення практичних занять, спрямованих на досягнення мети;

6 етап – контроль через оцінювання результатів передбачених завдань і контрольних нормативів;

7 етап – аналіз за допомогою вивчення кінцевих показників з фізичної підготовленості;

8 етап – корегування індивідуального плану занять з метою його удосконалення.

Через залучення студента до ролі активного дослідника себе як майбутнього фахівця та дослідника, який здійснює пошук шляхів самореалізації особистого потенціалу, створювались гуманні міжособистісні стосунки. Це спонукало студента звертатися до власного досвіду, оцінювати свої позитивні досягнення і невикористані можливості, вибудовувати особисту програму розвитку, залучаючи допомогу інших.

В умовах використання особистісно орієнтованих технологій навчання всі складові навчальної діяльності спрямовуються на стимулювання та підтримання процесу самореалізації кожним студентом себе як особистості. Якщо при традиційному навчанні суть роботи викладача полягає в трансляції знань з фізичного виховання, а також способів пізнання, то при новому підході важливою є реалізація функції допомоги кожному студентові в проектуванні індивідуальної траєкторії гармонійного фізичного розвитку та підтримки у вирішенні будь-якого складного завдання. Викладач забезпечує відповідність навчального процесу з фізичного виховання потребам конкретних студентів. Він керує не студентом, а створенням умов для забезпечення самоуправління процесом з фізичного виховання самим студентом. При цьому він намагається створити атмосферу доброзичливості й довіри, стимулюючи в кожного студента почуття задоволення від фізичного самовдосконалення, відчуття успіху від особистісних досягнень у цьому процесі. На конструктивному рівні викладач разом зі студентом визначають особистісну мету фізичного виховання, а потім – його зміст, вирішують спільними зусиллями всі проблеми. Обов'язковою вимогою є формування свідомого ставлення до фізичного самовдосконалення як умови високого рівня життєдіяльності та професійної реалізації (професійної надійності, професійного довголіття). Процес навчання необхідно організувати від простого для студента до складного, від пізнання до наслідування (копіювання) і далі – до творчих дій, самостійних занять. При цьому важливо допомогти студентові обрати свій темп навчання. Як зазначає І. Баженова, успіхи усіх складаються з успішного просування не більшості, а кожного. Але кожний просувається індивідуально. Отже, кожний має право на свій темп, свій шлях і свій потенціал можливостей [31]. Одним із найважливіших чинників є не підвищення середніх показників навчання всіх студентів, а моніторинг фізичного розвитку та формування кожного студента, коли для викладача буде важливим визначати всі його невдачі або досягнення, для допомоги, а не лише для оцінювання. Викладання та рівень навчальних завдань з фізичного виховання мають бути доступними для кожного студента (відповідно до рівня підготовленості).

Під час конструювання і реалізації навчального процесу виявляється суб'єктний досвід кожного студента. Цього можна досягти тільки завдяки діяльності викладача, в основі якої – активний діалог, взаєморозуміння, які передбачають створення та забезпечення педагогом суб'єкт-суб'єктних взаємин. Взаєморозуміння передусім передбачає спілкування, співпрацю, рівність позицій, емпатію. Через діалог студент здобуває не лише «готові» знання з основ фізичного виховання, а і вчиться ставити запитання, шукати відповіді, визначати важливі для нього зв'язки між фізичним вихованням та успіхом у професійній діяльності, між здоров'ям і працездатністю, фізичним розвитком і гармонічною особистістю та ін., робити та виправляти помилки. Головним знаряддям у спілкуванні є похвала, заохочування до самостійності, підтримка, поради, прохання, пропозиція, гумор. Індивідуальна допомога студентам надається на навчальних заняттях і на консультаціях, під час яких викладач допомагає вирішувати методичні, технологічні та практичні питання з фізичного виховання.

Для реалізації гуманних відносин викладач постійно перебуває в діалозі зі студентом (лекція-бесіда, доброзичливе ставлення та повага до самостійного мислення). Він підтримує інтерес до постановки проблемних запитань, зв'язок з практикою, допомагає порівнювати наукові дані з життєвим досвідом студента, забезпечує яскравість і емоційність у подачі матеріалу – ігрові, змагальні вправи, власний приклад здорового способу життя. Викладач заохочує ініціативність – сприяє прояву самостійності, пошуку власних варіантів вирішення навчальних завдань, надає можливість обстоювати власну позицію. Він демонструє зацікавленість студентом через урахування індивідуальних фізичних здібностей та особистісного досвіду, прагне адекватно оцінити його можливості, створює позитивний духовно багатий мікроклімат довіри та схвалення, створює ситуації успіху через навчання на рівні особистісних можливостей, в оптимальному темпі; вирішення складного завдання через поділ на систему доступних завдань для певного студента. Педагог схвалює позитивні результати кожного студента, підтримує його при виникненні труднощів; допомагає, стимулюючи творчість, змодельовати для кожного свою стратегію досягнення успіху у фізичному самовдосконаленні.

Оскільки завдання сучасної професійної освіти полягає в тому, щоб допомогти студенту реалізувати себе в тій чи іншій професійній діяльності, сформувати особистий образ світу, розвинути творчі, духовно-інтелектуальні та психофізичні здібності, роль викладача є вельми відповідальною. Надаючи студентові знання, він повинен навчити як це зробити, допомогти обрати оптимальний шлях їх набуття. У духовно-практичній діяльності людина створює „саму себе” (важливим є результат), здійснює «себе з себе» (тут важливим є сам процес). Студент-творець конструює свою унікальність. Йдеться саме про «створення дій» та формування особистості, а не про засвоєння знань, умінь та навичок. Ми очікуємо, що створення студентом особистої концепції здоров'я, індивідуальної програми фізичного виховання



сприятиме їхньому ефективному самовихованню. До цього студентів зобов'язує також необхідність самостійно планувати бюджет часу, обирати засоби виконання вимог навчального процесу та ін. Цей процес починається із самопізнання. Самопізнання – це перша передумова активності особистості. Не усвідомивши себе як особистість у певному соціумі, не порівнявши себе з іншими, не оцінивши свого «я», не визначившись із розвитком пріоритетних якостей і мети їхнього використання, людина нездатна до подальшого розвитку.

Отже, самопізнання виявляється у прагненні визначити сутність свого «я». Студент пізнає різні якості та сторони своєї особистості, розмірковує над своєю поведінкою і діями, співвідносить це з оцінкою значущих для нього людей, порівнює свої успіхи і невдачі з іншими, шукає причини неуспішних дій, аналізує чинники, що сприяли успіхові, більше замислюється над своїм зовнішнім виглядом тощо. Оцінка самого себе відбувається, наприклад, у такі способи: студент порівнює себе з моделлю фахівця та визначає, які якості потребують удосконалення.

У ході педагогічного дослідження для створення комфортних умов самопізнання використовувалися методики з діагностування фізичних, психологічних, особистісних якостей. Після визначення особистих показників і порівняння їх з ідеальною моделлю формувалася план поліпшення показників. Студент мав можливість вибору засобів фізичного виховання. Запропоновані діагностичні методики надавали йому можливість здійснювати самоконтроль за динамікою змін своїх особистих показників фізичної підготовленості у процесі самостійних занять.

Викладач намагався створити обстановку доброзичливості й довіри. Створюючи гуманні відносини, він постійно перебував у діалозі зі студентом, підтримував інтерес через постановку проблемних запитань, зв'язок теоретичних викладок з практикою, порівняння наукових даних із життєвим досвідом студента, використовував яскравість та емоційність подачі матеріалу (ігрові, змагальні вправи), заохочував ініціативність (сприяння прояву самостійності), демонстрував зацікавленість у досягненні успіху студентом (урахування індивідуальних здібностей та особистісного досвіду кожного, прагнення адекватно оцінити його можливості), створював позитивну атмосферу добра, віри та схвалення (ситуація успіху – навчання на рівні особистих можливостей, в оптимальному темпі, схвалення позитивних результатів кожного, підтримка при виникненні труднощів), стимулював творчість, допомагав змодельовати кожному стратегію досягнення особистого успіху у майбутній діяльності. Через діалог студент здобував не лише готові знання з основ фізичного виховання, а й вчився ставити запитання, шукати відповіді, визначати важливі для нього зв'язки між фізичним вихованням та успіхом у професійній діяльності, між здоров'ям та працездатністю тощо, робив та виправляв помилки. Головним знаряддям у спілкуванні була похвала, заохочування до самостійності, підтримка, поради, прохання, пропозиція, гумор. Індивідуальна допомога студентам надавалась

на консультаціях, під час яких викладач допомагав вирішувати методичні, технологічні та практичні питання.

Отже, роль викладача в особистісно орієнтованому навчальному процесі з фізичного виховання полягає у спільному зі студентом визначенні його інтересів, цілей, можливостей і шляхів подолання перешкод (проблем), які заважають досягати позитивних результатів. Підґрунтям педагогічної підтримки є гуманні взаємини рівноправності, рівноцінності, поваги й довір'я між викладачем та студентом. Для забезпечення цієї ролі викладач повинен мати систему таких компонентів:

- гармонію знань, умінь та навичок з управління (розробляти чітко визначені, зрозумілі цілі, планувати, організовувати та контролювати, орієнтуючись на конкретну людину) та етико-моральних якостей (толерантність, чуйність, повага, віра, доброзичливість і гуманне ставлення до кожного студента; готовність допомагати), необхідних для їх реалізації;
- системний кругозір; професійну компетентність, майстерність і творчість – вміння вчитися протягом усього життя, постійний інтерес до нового, повага до студента та його праці у вирішенні проблем з фізичного виховання та спорту, дидактики вищої освіти, психології міжособистісних стосунків тощо;
- вимогливість до себе, прагнення самовдосконалення, рефлексивну культуру;
- обожнення своєї професії, відвертість, уважність, чемність, скромність та почуття власної гідності; щирість і природність у поведінці та вчинках.

#### **2.4. Оптимізація роботи кафедри фізичного виховання і спорту у вищому навчальному закладі інженерно-технічного профілю**

В умовах глобалізованої економіки класична модель формування особистості і професійного здоров'я студентів протягом навчання у виші не завжди відповідає сучасним вимогам. Багато учених і педагогів-практиків вважають, що одним з нереалізованих шляхів корекції виховного процесу є навчання студентів розумінню того, що основні цінності будь-якого суспільства – це життя і здоров'я його громадян. Розуміння надзвичайної актуальності питання задекларовано у низці нормативно-правових державних документів. Основне місце в них відводиться впровадженню здоров'яформуючих і здоров'язоощаджувальних педагогічних технологій у ході фізкультурної освіти учнівської молоді (рис. 2.3).

Аналіз виконання завдань держави щодо забезпечення випускника вишу необхідним рівнем професійно необхідних знань, умінь і навичок засобами фізичного виховання свідчить про необхідність реформування або хоча б оптимізації роботи структур вищого навчального закладу, відповідальних за випуск здорових фахівців.



взаємодії відносин „особистість учителя – особистість учня”, де реалізується культурна трансформація як діалог в умовах особистісно орієнтованого багатогранного процесу мислення. Належним елементом діяльності сучасного закладу освіти стає культура роботи з інформацією. Домінантою інформаційного поля має бути мислення за умови бачення проблеми в цілому і пограничної ситуації. Ми погоджуємося з А. П. Самодриним та його однодумцями, що викладач сучасної школи має володіти не лише логікою предмету та психологією, а й логікою культури і філософією людини на тлі широкої гуманітарної освіти [158]. Нижче наводимо інформацію щодо реалізації технології профільно-диференційованої масової загальноосвітньої школи (за А. П. Самодриним, 2001), яку можна адаптувати і використовувати для реорганізації роботи окремих кафедр вищої професійної школи.

Технологія профільно-диференційованої масової загальноосвітньої школи є спробою реалізації культуросоціальних екологічних завдань в системі неперервної освіти України. Розробляючи модель такої школи, особистість учня вивчають через призму здатності до певних професійних сфер діяльності: „людина–людина”, „людина–природа”, „людина–техніка”, „людина–знакова система”, „людина–художній образ” [87, 171]. Методика „До якого типу професій ви схильні” Є. А. Климова охоплює всю гаму професійної діяльності людини (понад 10000 напрямів діяльності) з виділенням 5 вищезгаданих груп такої діяльності.

За А. П. Самодриним, основними завданнями профільно-диференційованої школи є виховання морально і фізично здорового покоління, створення умов для здобуття загальної середньої освіти на рівні державних стандартів та профільно-диференційованої освіти з урахуванням природних нахилів, здібностей і обдарованості, творчого мислення, потреби у самовдосконаленні. Ми з приємністю відзначили, що на першому місці стоїть здоров’я учнів, що вкрай рідко зустрічається у роботах педагогічного спрямування. Нас зацікавила робота А. П. Самодрин, оскільки структура моделі профільно-диференційованої школи розроблялася на засадах реалізації принципу природодоцільності, який передбачає збереження здоров’я людини, природи і суспільства в цілому. Принцип природодоцільності є основним у педагогіці ноосферного розвитку, розбудовою якої ми активно займаємося. Це є основою концепції сталого розвитку держави.

Важливою складовою принципу природодоцільності є створення гармонії щодо сприйняття світу особистістю на основі гармонії душі самого педагога. Адже речі (процеси), створені за законом краси, гармонії, самі по собі є природодоцільними. Людина, що володіє функцією створення таких речей (процесів), не підніме руку на прекрасне, яким є наша природа, на все добре, що створила інша людина, не створить прикрощів ні своїм батькам, ні вчителям, ні соціальному оточенню тощо.

Виходячи з принципу природодоцільності інші педагогічні принципи є ніби складною мозаїкою сфер, на перетині яких знаходиться відповідний

функціональний простір. Ієрархію педагогічних принципів установити неможливо, оскільки вони пов'язані один з одним і витікають один з одного.

Отже, принцип природодоцільності є стрижневим початком діяльності профільно-диференційованої школи як соціального інституту, усіх підсистем цієї складної системи, функцій кожної індивідуальності і, насамперед, учителів, учнів, батьків. Згідно з цим принципом на перший план виходить особистість учня з її природженими здібностями та нахилами. Зразком природодоцільності у вихованні може послужити, зокрема, діяльність педагогів-практиків А. С. Макаренка та О. В. Сухомлинського. Вони зуміли створити раціональні підсистеми розвитку [158, С. 6].

Таким чином, взявши за основу базові засади, розроблені А. П. Самодриним, ми зробили спробу створити раціональну систему розвитку і виховання психофізичних професійно важливих якостей майбутнього фахівця на основі реорганізації концепції функціонування кафедри фізичного виховання і спорту вищого навчального закладу інженерно-технічного профілю. Зазвичай професійно-прикладна фізична підготовка на таких кафедрах проводиться як один з багатьох розділів навчальної програми, спрямованих на спортивно-технічну підготовку студентів з тестуванням рівня загальної фізичної підготовки і технічної підготовки у конкретних видах спорту. Ми ж пропонуємо акцентувати не на спортивно-технічній, а на аксіологічній, професійно значущій меті фізичного виховання. Постановка нової мети обумовлює реорганізацію організаційних засад комплектування навчальних груп, форм організації студентів, деяких корективів у змісті навчального процесу. Така робота потребує відповідної перепідготовки педагогічних кадрів кафедри, підвищення кваліфікації деяких викладачів.

Дидактичні принципи, на засадах яких має функціонувати профільно орієнтована кафедра фізичного виховання вишу, впливають із принципу природодоцільності її організації. Основними з таких принципів навчання є:

- науковість змісту навчання і виховання, доступність з урахуванням індивідуальних можливостей учня;
- особистісність вибору змісту навчання;
- наочність;
- систематичність;
- свідомість і творча активність студента;
- міцність засвоєння професійно важливих знань, умінь і навичок;
- диференційованість підходу;
- виховуюче спрямування навчання;
- повага до особистості учня у поєднанні з вимогливістю;
- повага до особистості вчителя;
- партнерство у стосунках при вирішенні завдань навчання;
- циклічність навчання та ін.

З організаційного принципу природодоцільності впливає й дещо інше тлумачення поняття „оптимізація навчальної діяльності” майбутнього

фахівця. Ми розуміємо його так: оптимізація навчальної роботи з дисциплін „Фізичне виховання”, „Фізична культура” і похідних від них передбачає забезпечення оптимального, тобто фізіологічно обумовленого режиму організації навчально-виховного процесу на основі диференційованого підходу до виховання професійно важливих психофізичних і контрольньо-аналітичних функцій з метою забезпечення оптимального професійного здоров'я. Для цього передбачаються певні медико-педагогічні заходи з корекції психофізичного стану студентів у професійно орієнтованому напрямі.

На кафедрі фізичного виховання і спорту ХНАМГ протягом 5 років відпрацьовуються окремі інноваційні напрями наукових досліджень, які, на нашу думку, сприятимуть формуванню біологічно адекватного, тобто природодоцільного мислення студентів і вихованню особистості майбутнього фахівця з ноосферним мисленням (рис. 2.4–2.7).

Деякі з напрямів наукових досліджень науково-педагогічних працівників КФВіС ХНАМГ, у тому числі із залученням студентів, є такі:

1. Гендерний підхід до формування професійного здоров'я майбутнього спеціаліста.
2. Використання біосоціального потенціалу фізичної культури і спорту для формування особистості студента.
3. Формування ноосферного мислення студентів засобами фізичного виховання, спорту і туризму.



Рис. 2.4 – Науково-методичні розробки науково-педагогічних працівників кафедри фізичного виховання і спорту ХНАМГ





Рис. 2.5 – Результати участі викладачів і студентів КФВіС ХНАМГ у науково-методичних конференціях різного рівня



Рис. 2.6 – Результати участі викладачів КФВіС ХНАМГ у виданні навчально-методичної літератури



Рис. 2.7 – Спортивно-наукові досягнення тренерів і викладачів КФВіС ХНАМГ

До основних напрямів оптимізації професійно орієнтованого змісту фізкультурної освіти ми зараховуємо:

- цілісність змісту – забезпечення державного запиту щодо підготовки здорової, діяльної, ініціативної, профільно-орієнтованої особистості майбутнього фахівця, здатної забезпечити сталий розвиток держави;
- науковість, системність, систематичність, акмеологічність освіти;
- відповідність змісту освіти, темпу і часу навчання віковим, інтелектуальним і психофізіологічним можливостям студента;
- відповідність змісту фізкультурної освіти профілю обраної спеціальності;
- відбір викладачів, спроможних реалізовувати поставлені завдання;
- перепідготовка тренерів з видів спорту для профільно орієнтованої навчально-виховної роботи зі студентами-спортсменами.

На початковому етапі традиційно здійснюється диференційоване комплектування груп. Для цього діагностується фізичний стан, рівень спортивно-технічної підготовленості, які доповнюються визначенням профорієнтації студентів і наявним рівнем професійно важливих якостей.

Під оптимізацією змісту освіти профільно орієнтованого навчального процесу з фізичного виховання будемо розуміти максимально соціально і профільно адаптований зміст. Він повинен бути не нижчий за рівень державного стандарту, зазначений в ОКХ підготовки бакалавра і магістра за певним напрямом і спеціальністю. Цей зміст має спиратися на парадигму ноосферного розвитку суспільства і віддзеркалювати особливості вимог до основних п'яти типів професій: „людина–людина”, „людина–природа”, „людина–техніка”, „людина–знакова система”, „людина–художній образ”.

У цій монографії представлені деякі аспекти і підходи до розробки змісту профільно орієнтованого фізичного виховання і спорту на прикладі туризму. Туризм розглядається, з одного боку, як обрана спеціальність, а з іншого, – як вид і засіб фізкультурно-спортивної діяльності.



Ми погоджуємося з А. П. Самодриним, що „зміст освіти, перш за все, повинен відображати філософський компонент знань про світ. Філософський і природничо-науковий образ світу об'єднує отримані знання про світ у цілісний образ” [158, С. 12].

Треба враховувати й те, що особи, які мають здібності до точних наук, сприймають оточуюче середовище досить формально, як належне, без посиленого емоційного реагування. Їхні уподобання (емоції) розкриваються через образ складових світу. Вони буквально „купаються” у думці, міркуваннях, у фантазії про картини світу як в мега-, макро-, так і в мікрокосмосі. Отже, наявність певних відмінностей у світосприйманні жителів міста і села, у представників різних типів професій має враховуватися при проведенні навчальних і позанавчальних занять з фізичного виховання, щоб забезпечити аксіологічну, оптимальну інтелектуальну, психоемоційну і моторну складову рекреаційних заходів.

Профільна ознака змісту фізкультурної освіти у виші включає профільну диференціацію базису навчання і профільну інтеграцію надбудови змісту освіти. Індивідуалізація змісту освіти – це найвища ступінь диференціації. Втілення її – складний, неоднозначний процес. Формувати цілісну картину світу засобами фізичної культури і спорту у свідомості учня досить складно. Але треба пам'ятати, що це є основою створення мотиваційної сфери розвитку і самовдосконалення особистості.

Картина світу, або образ світу, в ході засвоєння знань, умінь і навичок в уяві учня створюється через певні взаємовідносини з іншими особами й оточуючим середовищем у певних обставинах, у тому числі при стресових ситуаціях і необхідності вибору. Згодом цілісна наукова картина світу, сформована на основі міждисциплінарних зв'язків, у тому числі інтегративних курсів, формує цілісність особистості. Алгоритм такої трансформації враховує попередність і наступність в єдиній системі неперервної профільної освіти для кожної особистості.

Урочна та позаурочна діяльність представляє цілісний навчально-виховний процес профільно орієнтованої школи і кафедри. Позаурочну виховну діяльність можна представити як модель системи виховання, яка передбачає індивідуалізацію змісту освіти, мотивовано обраного учнем з урахуванням його інтересів. Отже, позаурочна фізкультурно-спортивна виховна діяльність також повинна мати профільні ознаки.

Формування освітнього простору викладача профільно орієнтованої фізкультурної освіти є не менш складним завданням при оптимізації роботи. Розвиток педагогічного простору викладачів здійснюється в умовах вивчення студентом великої кількості педагогічних циклів. Багатогранний процес навчання відбувається в межах загального структурного циклу, кафедри, між кафедрами, всього професорсько-викладацького колективу. Міжособистісні контакти студент і викладач мають при спілкуванні з адміністрацією ректорату, деканату, навчальної частини тощо. У цьому багатогранному комунікативному процесі відбувається формування особистості самого

педагога у відповідності з його індивідуальними якостями і особливостями. На перший план виходить проблема індивідуального ставлення педагога до новацій, активної творчої діяльності. Велике значення має аксіологічний компонент і образ світу особистості вчителя, рівень професійної майстерності й відповідальності за термінові та віддалені наслідки своєї праці. При створенні відповідних умов адміністрацією навчального закладу і кафедри, залучення до відповідної бажаної творчої діяльності в авторитетному оточенні колег-однодумців дають педагогу можливість досить продуктивно формувати свій педагогічний простір. Для колективу кафедри суттєвим є бачення педагогічних проблем „одними очима”, споріднене трактування розвитку вишу і ролі кафедри у підготовці фахівця як соціальної системи й одночасно – усвідомлення себе активним творцем цього процесу. Навчальний предмет – це основа для взаємодії, у процесі якої педагог вирішує свої професійні завдання і проблеми з метою якнайефективнішого застосування своїх знань, умінь і навичок.

Отже, мета усіх видів робіт профільно орієнтованої кафедри фізичного виховання і спорту має бути підпорядкована, перш за усе, меті ефективного функціонування вишу певного профілю. На етапі переходу зі спортивно-технічного на професійно орієнтоване спрямування навчальна, методична, наукова і спортивно виховна робота колективу повинна перш за усе починатися з підвищення методичної майстерності викладачів кафедри, відбору тих, хто спроможний адаптувати, проектувати й адекватно оцінити свою діяльність на рефлексивному рівні. Науково-методична робота має передбачати перепідготовку і підвищення саме наукової кваліфікації кадрів.

Наукові засади оптимізації діяльності профільно орієнтованої фізкультурної освіти ґрунтуються на природознавчій теорії розвитку особистості з урахуванням біологічно обумовлених психофізіологічних задатків, здібностей та нахилів, відповідної мотиваційної й аксіологічної сфери особистості. Формування цілісного мислення і пізнавальних інтересів студентів відбувається у стосунках з оточуючим світом як багатограним об’єктом, що дозволяє реалізувати окремі складові моделі спеціаліста у практичній роботі кафедри фізичного виховання і спорту.

### **Розділ 3**

#### **АКТУАЛЬНІСТЬ ПРОФЕСІЙНОЇ ОРІЄНТАЦІЇ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ОСВІТИ У ВИШІ ІНЖЕНЕРНО-ТЕХНІЧНОГО ПРОФІЛЮ**

На роль фізичних вправ у підготовці молоді до праці звертали увагу видатні педагоги минулих століть, зокрема у XV–XIX ст. – Франсуа Рабле (1494–1553 рр.), Джон Локк (1632–1704 рр.), Іоганн Песталоцци (1746–1827 рр.), Іоганн Густс-Мутс (1756–1839рр.), Жорж Домені (1850–1917 рр.). Саме у цей період виник і формувався самостійний напрям у вивченні

психофізичних можливостей людини з метою найбільш продуктивного його використання у певному виробництві. На рубежі XIX–XX ст. у США розвивалася система організації праці й управління виробництвом, що отримала назву «тейлоризм», в основі якої було широке застосування досягнень науки і техніки з метою отримати максимум додаткової вартості за рахунок удосконалення і використання функціональних можливостей людини [181]. Починаючи з 1889 року, коли П. Ф. Лесгафт уперше теоретично обґрунтував уявлення про структуру, форми, цілі та функції професійно-прикладної фізичної підготовки у технічній освіті, багато авторів – В. В. Белінович, Р. В. Беляєв, Н. А. Безстрашна, М. Я. Віленський, А. І. Гараліс, І. В. Даманкас, С. А. Полієвський, Р. Т. Раєвський, Н. В. Решетников та інші – зробили свій внесок. Однак тема залишається відкритою для подальших досліджень. Одним з підтверджень є той факт, що у 2005–2006 роках більше 100 кандидатських робіт були присвячені різним аспектам цієї проблеми [21, 70].

### **3.1. Аналіз освітньо-кваліфікаційної характеристики бакалавра у галузі туризму і рівня знань з фізичного виховання студентів**

У Концепції демографічного розвитку на 2005–2015 роки представлений аналіз здоров'я, смертності та тривалості життя населення України. Зазначається, що основними причинами втрати здоров'я, зростання смертності та зниження очікуваної тривалості життя є низький рівень і несприятливі умови життєдіяльності значної частини населення, низька ефективність існуючої системи охорони здоров'я, поширеність шкідливих звичок та нехтування нормами здорового способу життя.

В усіх країнах світу, особливо високорозвинених, одним з найефективніших шляхів впливу на здоров'я людини і популяції вважається цілеспрямоване впровадження здоров'язберігаючих технологій фізичної культури і спорту. Тому Постановою Кабінету Міністрів України була затверджена Державна програма розвитку фізичної культури і спорту на 2007–2011 роки [4]. У преамбулі говориться: світовий досвід свідчить, що рухова активність людини протягом усього життя запобігає захворюванням та поліпшує стан здоров'я. За інтегральним показником здоров'я населення – середньою очікуваною тривалістю життя людини – Україна займає одне з останніх місць в Європі. Негативна ситуація, що існує у сфері фізичної культури і спорту, зумовлена такими факторами:

- невідповідність нормативно-правової бази сучасним вимогам;
- недосконалість інфраструктури у виробничій, навчально-виховній і соціально-побутовій сфері;
- низький рівень заробітної плати, недостатня кількість інструкторів з фізкультурно-оздоровчої діяльності, розбалансованість у системі підготовки та підвищення кваліфікації фахівців;

- низький рівень наукового забезпечення розвитку фізичної культури і спорту, недостатнє фінансування наукових досліджень (менш 0,5 % видатків державного бюджету спрямовується на сферу фізичної культури і спорту);

- недостатнє пропагування серед широких верств населення здорового способу життя.

Мета Програми полягає у створенні умов для розвитку фізичної культури і спорту, зокрема удосконалення відповідного організаційного та нормативно-правового механізму.

До основних завдань Програми належать такі:

- проводити фізкультурно-оздоровчу та спортивно-масову роботу в усіх навчальних закладах, за місцем проживання, у місцях масового відпочинку громадян; а також фізкультурно-оздоровчу та реабілітаційну роботу серед інвалідів;

- Міністерству освіти і науки, молоді та спорту забезпечити підготовку і видання з використанням інноваційних технологій підручників, посібників, навчальних програм з питань фізичного виховання, масового спорту, фізкультурно-спортивної реабілітації з метою організації навчального процесу та спортивних заходів у навчальних закладах, зокрема для дітей-інвалідів;

- розробити та запровадити у навчальних закладах систему контролю за станом фізичного розвитку та здоров'я вихованців, учнів, студентів та інших осіб, що навчаються в цих закладах.

Організація навчально-виховного процесу з фізичного виховання та масового спорту у вищих навчальних закладах незалежно від підпорядкування, типів і форм власності базується на Законах України “Про освіту”, “Про вищу освіту”, “Про фізичну культуру і спорт”, Національній доктрині розвитку освіти, затвердженій Указом Президента України, Цільовій комплексній програмі „Фізичне виховання – здоров'я нації”, інших документах [1–10]. Деякі з базових нормативно-правових документів були нами проаналізовані на предмет їхнього виконання і відповідності один одному.

Вимушені констатувати, що у реальному житті тривалий час виконання вимог законів, постанов і наказів часто нівелюється, а іноді й перешкоджається на місцевому рівні, в окремо взятому виші. Як наслідок, терміни виконання запланованих державними документами заходів уже відійшли у минуле, а значна кількість завдань не виконана досі. Зокрема, організація процесу фізичного виховання та масового спорту зі студентською молоддю не забезпечується у передбаченому обсязі, у тому числі з причини поганого здоров'я студентів і відсутності стійких навичок здорового способу життя у значної частини студентства. Брак часу на фізичне самовдосконалення під керівництвом викладачів та інші суттєві причини соціально-культурного плану не дають змогу формувати у молоді вагомий мотивації щодо здоров'язбереження.

Відповідно до галузевого стандарту вищої освіти України „Фізичне виховання” входить до складу дисциплін гуманітарної та соціально-економічної підготовки. Це нормативна дисципліна, в ОКХ передбачено для її вивчення 216 год. навчального часу (4,0 кредити), що є значно менше, ніж рекомендовано існуючими директивними документами МНОМС України [7–10].

Аналіз вимог ОКХ Галузевого стандарту до здатностей випускника-бакалавра напряму підготовки 0504 „Туризм”, а також запропонованої системи умінь, що їх відбиває, свідчить про дуже примітивний і надто обмежений підхід до професійно-прикладної психофізичної підготовки майбутніх бакалаврів. До того ж ці вимоги зовсім не відображають туристичний напрям професії. Жодного разу слово „туризм” у вимогах до фізичної культури фахівця з туризму не значиться. Якщо уважно прочитати, то наочно видно, що багато разів у декількох варіаціях наведена одна єдина думка: використовувати фізичні вправи з метою збереження та зміцнення власного здоров’я і забезпечення фахової дієздатності. Як кажуть, коментарії тут зайві.

Ми не маємо за мету пропонувати свій варіант вимог до знань, умінь і навичок з професійно спрямованої фізкультурної освіти, та сподіваємося що зміст цієї монографії буде вельми корисним при їх визначенні в разі потреби. Нижче наведений текст з Галузевого стандарту ОКХ бакалавра напряму підготовки „Туризм” [133].

В умовах виробничої або побутової діяльності бакалавр має вміти:

- використовувати фізичні вправи з метою збереження та зміцнення власного здоров’я і забезпечення фахової дієздатності;
- використовувати різноманітні види фізичних вправ і психофізичний тренінг для профілактики захворювань, зміцнення здоров’я та підвищення розумової та фізичної працездатності;
- використовувати засоби фізичної культури і спорту з метою покращення здоров’я та рухової підготовленості як складових ефективної професійної діяльності;
- дотримуватись гігієнічних вимог у процесі оздоровлення і тренувань;
- використовувати природні чинники з метою зміцнення здоров’я, підвищення працездатності та стійкості до захворювань;
- володіти простішими прийомами масажу і самомасажу з метою відновлення організму після психофізичних навантажень та запобігання передчасній втомі при інтенсивній розумовій і фізичній діяльності;
- використовувати засоби фізичної культури з метою нівелювання впливу шкідливих чинників професійної діяльності, профілактики захворювань і протистояння хибним звичкам;
- застосовувати методи самоконтролю за станом здоров’я, фізичного розвитку та діяльності функціональних систем організму.

Для порівняння наводимо мету і завдання вивчення дисципліни „Фізичне виховання” відповідно до державної „Навчальної програми для

вищих навчальних закладів України III–IV рівнів акредитації” з фізичного виховання. На нашу думку, з урахуванням сучасних тенденцій розвитку суспільства мета фізичного виховання студентів Академії міського господарства має бути такою: виховати здорового фахівця відповідного рівня освіти у галузі міського господарства з почуттям відповідальності перед сім’єю, суспільством, державою за стан свого здоров’я. Для досягнення поставленої мети треба виконати низку складних завдань:

- сприяти формуванню інвайроментального (ноосферного, екологічного) світогляду молоді;
- зміцнювати професійне здоров’я (фізичне, психічне, моральне, соціальне);
- забезпечити високий рівень фізичної та розумової працездатності, профілактику захворювань;
- формувати потребу у здоровому способі життя, фізичному і психофізичному самовдосконаленні протягом усього життя;
- формувати систему знань, вмінь, навичок із здорового способу життя, необхідних для життєдіяльності, навчання, роботи, сімейного фізичного виховання;
- сприяти вихованню професійно необхідних рухових вмінь і навичок, що визначають психофізичну готовність випускників до активної життєдіяльності та обраної професії.

В Освітньо-професійній програмі підготовки бакалавра напряму підготовки 0502 „Менеджмент”, на основі якої розробляється освітньо-кваліфікаційна характеристика (ОКХ), а потім і навчальний план, пропонується вивчати дисципліну „Фізична культура і психофізичний тренінг” [133]. Зазначимо, що в жодному державному нормативно-правовому документі для вишу такої базової дисципліни не існує (табл. 3.1). В ОКХ бакалавра напряму підготовки 0502 „Менеджмент” (2001 р.), до якого входить спеціалізація „Менеджмент готельного, курортного і туристського сервісу” передбачено вивчення дисципліни „Фізична культура”, спрямованої на забезпечення необхідного рівня особистої фізичної підготовленості та психічного здоров’я. Мета дисципліни в цьому документі визначена так: „Забезпечення підтримки та розвитку фізичного і морального здоров’я, комплексного підходу до формування розумових і фізичних якостей особистості”. Як бачимо, це визначення мети вивчення дисципліни суттєво відрізняється від формулювання, яке є у Наказі Міністерства науки і освіти України (№ 4 від 11.01.2006) «Про затвердження Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах» (табл. 3.2). Те ж саме можна сказати й про формулювання завдань вивчення дисципліни, в ОКХ вони такі: вивчення основ теорії, методики та організації фізичного виховання в системі забезпечення здорового способу життя, виховання потреби у фізичному та психічному самовдосконаленні, формування практичних умінь і навичок регулярних занять фізичними

вправами, розвиток фізичних якостей, підвищення функціональних можливостей організму.

Таблиця 3.1 – Порівняльна таблиця невідповідностей у державних документах щодо назви нормативної дисципліни „Фізичне виховання”, формулюванні мети і завдань її вивчення

Назва документа	Кількість навчальних годин	Назва дисципліни
Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах : Наказ МНОУ № 4 (2006 р.)	4 год./тижд. в усіх семестрах, окрім останнього випускного	Фізична культура і спорт
Фізичне виховання: навчальна програма для вишів України III-IV рівнів акредитації. – К. : Наук.-мет. центр вищої освіти МОНУ (2003 р.)	4 год./тижд. в усіх семестрах, окрім останнього випускного	Фізичне виховання
ГСВО МОНУ ОПП і ОКХ 0926 „Водні ресурси” (2003 р.)	216 год./4,0 кред.	Фізичне виховання
ГСВО МОНУ ОПП бакалавра 0708 „Екологія” (2003 р.)	216 год./4,0 кред.	Фізичне виховання
ГСВО МОНУ ОПП бакалавра, спеціаліста, магістра 0501 „Економіка і підприємництво” (2002 р.): С. 9 – Таблиця 2, С. 164 – Додаток Г	216 год./4,0 кред. 250/5,0	Фізичне виховання
ГСВО МОНУ ОПП і ОКХ 0504 „Туризм” (2004 р.)	216 год./4,0 кред.	Фізична культура
ГСВО МОНУ ОПП 0502 „Менеджмент” (2002 р.)  ГСВО МОНУ ОКХ 0502 „Менеджмент” (2001 р.),	216 год./4,0 кред.	Фізична культура  Фізична культура та психофізичний тренінг
ГСВО МОНУ ОКХ та ОПП бакалавра 1004 „Транспортні технології” (2004 р.)	216 год./4,0 кред.	Фізична культура

Таблиця 3.2 – Порівняльна таблиця невідповідностей у державних документах щодо формулювання мети і завдань вивчення нормативної дисципліни „Фізичне виховання”

Назва документу	Мета	Завдання
1	2	3
Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах: Наказ МНОУ № (2006 р.)	Фізичне виховання та масовий спорт у сфері вищої освіти мають на меті забезпечити виховання в осіб, що навчаються (далі – студенти) у вищих навчальних закладах, потреби самостійно оволодівати знаннями, уміннями й навичками управління фізичним розвитком людини засобами фізичного виховання та навчання застосовувати набуті цінності в життєдіяльності майбутніх фахівців	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формування в студентської молоді основ теоретичних знань, практичних і методичних здібностей (умінь і навичок) з фізичного і спортивного виховання, фізичної реабілітації, масового спорту як компонентів їхньої повноцінної, гармонійної та безпечної життєдіяльності.</li> <li>• Здобуття студентською молоддю досвіду в застосуванні здобутих цінностей упродовж життя в особистій, навчальній, професійній діяльності в побуті та в сім'ї.</li> <li>• Забезпечення в студентської молоді належного рівня розвитку показників їхніх функціональних та морфологічних можливостей організму, фізичних якостей, рухових здібностей, працездатності.</li> <li>• Сприяння розвитку професійних, світоглядних і громадянських якостей студентів.</li> <li>• Підготовка та участь студентів у різноманітних спортивних заходах.</li> </ul>
Фізичне виховання: навчальна програма для вишів України III–IV рівнів акредитації. – К. : Наук.-мет. центр вищої освіти МОНУ (2003 р.)	Послідовне формування фізичної культури особистості фахівця відповідного рівня освіти	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формування розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості, мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури, орієнтації на здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом.</li> <li>• Формування системи знань з фізичної культури та здорового способу життя, необхідних у процесі життєдіяльності, навчання, роботі, сімейному фізичному вихованні.</li> <li>• Зміцнення здоров'я, сприяння правильному формуванню і всебічному розвитку організму, профілактика захворювань, забезпечення високого рівня фізичного стану, працездатності протягом усього періоду навчання.</li> <li>• Набуття фонду рухових умінь і навичок, забезпечення загальної та професійно-прикладної фізичної підготовленості, що визначають психофізичну готовність випускників вишу до життєдіяльності й обраної професії тощо.</li> </ul>



Продовження табл. 3.2

1	2	3
ГСВО МОНУ ОКХ 0502 „Менеджмент” (2001 р.),	Забезпечення підтримки та розвитку фізичного і морального здоров'я, комплексного підходу до формування розумових та фізичних якостей особистості	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Вивчення основ теорії, методики та організації фізичного виховання в системі забезпечення здорового способу життя.</li> <li>• Виховання потреби у фізичному та психічному самовдосконаленні.</li> <li>• Формування практичних умінь і навичок регулярних занять фізичними вправами.</li> <li>• Розвиток фізичних якостей, підвищення функціональних можливостей організму.</li> </ul>
Пропозиція авторів монографії	Виховати здорового фахівця відповідного рівня освіти у певній галузі з почуттям відповідальності перед сім'єю, суспільством, нащадками, державою за стан свого здоров'я	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Сприяння формуванню інвайроментального (ноосферного, екологічного) світогляду молоді.</li> <li>• Зміцнення професійного здоров'я (фізичного, психічного, морального, соціального).</li> <li>• Забезпечення високого рівня фізичної та розумової працездатності, профілактики захворювань.</li> <li>• Формування потреби у здоровому способі життя, фізичному і психофізичному самовдосконаленні протягом усього життя.</li> <li>• Формування системи знань, вмінь, навичок зі здорового способу життя, необхідних для життєдіяльності, навчання, роботи, сімейного фізичного виховання.</li> <li>• Сприяння вихованню професійно необхідних рухових вмінь і навичок, що визначають психофізичну готовність випускників до активної життєдіяльності й обраної професії.</li> </ul>

Отже, аналіз ОКХ та ОППП бакалавра напрямів підготовки „Туризм” і „Менеджмент”, за якими навчаються студенти ХНАМГ, виявив значну кількість порушень:

- державного стандарту щодо термінологічного апарату дисципліни (використовуються декілька різних назв цієї дисципліни);
- директивних документів Уряду і Президента відносно мети і завдань, змісту дисципліни;
- постанов та інших документів МНОМС України щодо планування форм навчальних занять: традиційно плануються лише практичні заняття, а повинні бути навчальним планом вишу передбачені лекції, практичне, семінарське, індивідуальне заняття, консультація та інші за вибором вишу;
- численних нормативно-правових документів МНОМС у частині скорочення навчальних годин, відведених навчальним планом вишу на вивчення дисципліни.

Зазначені неузгодженості Постанов і ОКХ, регламентуючих роботу кафедри фізичного виховання і спорту із студентами, які обрали туризм як сферу своєї майбутньої професійної діяльності, дуже заважають і навіть перешкоджають формуванню професійно необхідних якостей, а також знань, умінь і навичок майбутніх спеціалістів. На жаль, колективи кафедр далеко не завжди спроможні подолати існуючий стан речей. Деякі негативні наслідки зазначених неузгодженостей можна побачити, оцінивши знання студентів з теоретичного розділу дисципліни „Фізичне виховання”.

### **3.2. Аналіз освітньо-кваліфікаційної характеристики магістра у галузі туризму**

На підставі аналізу соціального замовлення на фахівця сфери туризму, особливостей його професійної діяльності на ринку праці визначені конкретні галузеві кваліфікаційні вимоги до його соціально-виробничої діяльності, а також до властивостей, якостей та рис особи, яка здобуває повну вищу освіту за напрямом підготовки 0504 «Туризм» спеціальності 8.050401 «Туризм». Ці вимоги представлені в узагальненому вигляді у Галузевому стандарті вищої освіти і документах, розроблених на його основі. В узагальненому і скороченому вигляді подібна інформація є у професіограмі.

Кафедрою туризму і готельного господарства Харківської національної академії міського господарства розроблена варіативна частина освітньо-кваліфікаційної характеристики магістра напряму підготовки 0504 «Туризм», спеціальності 8.050401 «Туризм». Вона затверджена на засіданні Вченої Ради ХНАМГ у 2010 р. і набула чинності тимчасово до затвердження нових галузевих стандартів вищої освіти [37]. Варіативна частина освітньо-кваліфікаційної характеристики (ОКХ) випускника ХНАМГ доповнює і конкретизує кваліфікаційні вимоги до змісту освіти відповідно до потреб

світового співтовариства в контексті Болонського процесу, держави та споживачів освітніх послуг. Стандарт є нормативним документом, у якому відображаються цілі освітньої та професійної підготовки, визначаються місце магістра з туризму у структурі господарського комплексу держави і вимоги до його професійної компетентності, інших соціально важливих властивостей, якостей та рис.

Для забезпечення ефективності реалізації завдань освітньої та професійної підготовки, що визначені в освітньо-кваліфікаційній характеристиці, при відборі студентів висуваються вимоги щодо їх здібностей і підготовленості у вигляді системи знань, умінь і навичок, визначених програмою базової вищої освіти з напрямку „Туризм” і підтверджених результатами державної атестації з використанням загальнодержавного методу діагностики – державного екзамену. Виконання цих вимог забезпечується змістом певних дисциплін. Професорсько-викладацький склад усіх кафедр має враховувати це, щоб навчальний процес мав відповідну професійно-прикладну спрямованість.

Загальні вимоги до властивостей і якостей випускника вишу як соціальної особистості подаються як перелік здатностей вирішувати певні проблеми і завдання соціальної діяльності. Пропонується також орієнтовна система умінь, що відображає наявність цих здатностей.

Ми проаналізували ОКХ напрямку „Туризм”, щоб з’ясувати, яке в ньому місце посідає питання гарантування здоров’я працівників цієї сфери і споживачів туристичних послуг. За результатами аналізу розроблені пропозиції щодо конкретизації, а інде й доповнення бажаних знань, вмінь і навичок, потрібних бакалавру і магістру з туризму, щоб їхня робота мала здоров’язоощаджувальну спрямованість. Сподіваємося, що науково обґрунтовані пропозиції будуть корисними для:

- уточнення мети освітньої та професійно-прикладної підготовки фахівців;
- внесення змін і доповнень до освітньо-професійної програми підготовки фахівця;
- визначення ефективних засобів діагностики професійно важливих якостей, пов’язаних зі здоров’ям фахівця, його фізичним розвитком, рівнем загальної та спеціальної фізичної підготовленості з туризму;
- визначення змісту здоров’язоощаджувальної освіти у системі підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації;
- підвищення рівня відповідальності випускників перед державою за стан особистого здоров’я, здоров’я своїх підлеглих і клієнтів;
- набуття стійких навичок здорового способу життя і на цій основі забезпечення мобільності й конкурентоспроможності фахівців на ринку праці;
- професійної орієнтації здобувачів, включаючи попередній досвід спортивно-туристичної діяльності;

- визначення критеріїв професійного відбору претендентів на посаду для роботи у незвичних клімато-географічних і погодних умовах, включаючи протипоказання, пов'язані зі станом здоров'я;

- прогнозування психофізичної надійності та професійної працездатності фахівців, тривалості активної діяльності й роботи без лікарняних;

- планування змісту підготовки і перепідготовки кадрів;

- визначення рівня професійної майстерності і кваліфікації фахівців.

Відповідно до ОКХ бакалавр і магістр з туризму мають бути підготовленими до певних видів робіт, у тому числі у таких сферах, як охорона здоров'я людини, діяльність лікарських і санаторно-курортних закладів, у сфері культури та спорту, рекреації, відпочинку та розваг. За національним класифікатором України «Класифікатор професій» ДК 003:2005 магістр з туризму повинен бути здатним виконувати професійну роботу, де потрібно мати певний обсяг знань, вмінь і навичок, у тому числі у галузі фізичної культури і спорту, рекреації, фізичної реабілітації, валеології. Це робота на таких посадах:

- керівники підприємств, установ та організацій, менеджери, зокрема, начальник лікувально-профілактичного закладу, начальник навчального (навчально-тренувального) центру, керівники підрозділів у сфері культури, відпочинку та спорту (випускники з базовою вищою освітою напряму підготовки 0504 «Туризм» можуть виконувати таку роботу, як керівник туристської групи, начальник туристської бази, начальник туристського табору);
- керівники малих підприємств без апарату управління: директор малого підприємства у сфері охорони здоров'я, освіти, культури тощо;
- менеджери на транспорті (автомобільному, водному тощо);
- менеджери туристських агентств і бюро, менеджер з туризму;
- професіонали в галузі наук про життя та медичних наук (фахівець з рекреації);
- викладачі університетів та вищих навчальних закладів, інші професіонали в галузі методів навчання (інструктор навчально-тренувального центру, керівник секції спортивного напряму);
- наукові співробітники в галузі навчання (науковий співробітник з валеології);
- туризмознавці;
- професіонали в галузі санаторно-курортної справи (фахівець із санаторно-курортної справи);
- молодші фахівці в галузі освіти (інструктор-методист з туризму – з базовою вищою освітою);
- організатор туристської та готельної діяльності (фахівець з туристського обслуговування, фахівець із організації дозвілля);

- фахівець із туристської безпеки (оргсекретар асоціації, союзу, федерації – з базовою вищою освітою, секретар комітету, організації, підприємства, установи);
- помічники керівників підприємств, установ та організацій (референт з діяльності у туризмі – з базовою вищою освітою);
- інші технічні фахівці в галузі управління (інспектор з туризму, інструктор з туризму – з базовою вищою освітою);
- агенти з інформації клієнтів (агент з організації туризму – з базовою вищою освітою);
- працівники, пов'язані з наданням послуг окремим особам (спортивний інструктор з туристського супроводу за видами туризму – з базовою вищою освітою).

Деякі виробничі функції, типові завдання діяльності та уміння, якими має володіти випускник ХНАМГ з кваліфікацією „Магістр з туризму” в сфері туризму в ОКХ є наступні.

Сервісна функція туроператора і турагента передбачає роботу з групою туристів, екскурсантів. Треба вміти проводити інструктаж щодо правил поведінки групи, виявляти туристів зі специфічними вимогами, у тому числі з причин здоров'я, створювати сприятливий психологічний клімат у туристській групі, у разі потреби проводити індивідуальну роботу з туристами, при використанні різноманітних видів транспорту враховувати фізіологічні потреби туристів.

Виробничо-технологічна функція туроператора і турагентства полягає у визначенні форм, видів та типів туристської діяльності, а саме: вміння аналізувати існуючий рекреаційний потенціал територій щодо здійснення того чи іншого виду рекреаційної діяльності, користуючись статистичною та плановою документацією та стандартними методиками. Для обґрунтування рішень з питань розробки проекту туристичного маршруту, окремої туристської послуги фахівці мають розробляти методики маркетингових досліджень туристського ринку з метою виявлення потреб туристів на окремі види туризму, туристські послуги, використовуючи відомі методики й аналізуючи співвідношення попиту і пропозиції. Формування туристського продукту здійснюється шляхом вибору географії подорожей та використання техніки планування. Фахівці повинні вміти робити оцінку існуючого рекреаційного потенціалу територій, регіонів щодо здійснення того чи іншого виду туризму, користуючись країнознавчою та статистичною інформацією, плановою документацією та стандартними методиками; здійснювати розробку різних видів турів з урахуванням рекреаційних, пізнавальних та інших потреб індивіда на підставі знань про туристсько-рекреаційні ресурси, а також комплекс соціокультурологічних характеристик регіону туристського призначення. Техніка складання турпакета та формування різних видів турів за призначенням, насиченням заходами, атрактивністю, тривалістю, формою туристського обслуговування, видом

траси маршруту передбачає врахування віку подорожуючих та надання певних переваг, наявними місцевими ресурсами тощо.

Для забезпечення туроператором безпеки туристів фахівець повинен мати такі компетенції: здійснювати планування запобіжних заходів на підставі відомостей щодо потенційно небезпечних етапів туристського обслуговування, видів та елементів природного середовища за допомогою типових інструкцій; проводити роз'яснювальну роботу серед туристів щодо правил поведінки у країні з певними етнокультурними, релігійними і політичними особливостями, а також правил поведінки під час транспортних екскурсій і подорожей; проведення інструктажу туристів з дотримання правил поведінки у групі, заходів безпеки, надання першої медичної допомоги, у тому числі при перегріванні, переохолодженні, у разі виникнення висотної або гірської хвороби; володіння технікою дій при виникненні надзвичайної ситуації.

Компетенції працівників екскурсійного бюро мають володіти технікою аналізу програми екскурсії та переліку туристів, проводити маркетингові дослідження з метою виявлення потреб туристів в окремих видах туризму, туристських послугах, використовуючи існуючі методики та аналізуючи співвідношення попиту і пропозиції.

Туроператор і турагент повинні вміти розробляти та реалізувати нові турпродукти, зокрема здійснювати підбір, призначення та звільнення на маршрутах кадрів, що контактують з туристами, координують і контролюють виконання програм обслуговування (гідів-екскурсоводів, інструкторів, аніматорів, методистів тощо), використовуючи результати психологічного аналізу працівника та з дотриманням методик добору кадрів, наймання та звільнення; надавати послуги з організації дозвілля на підприємствах (закладах) туристської індустрії. Організація процесу надання анімаційних послуг потребує вміння визначати специфіку анімаційних послуг у сфері туризму на підприємствах готельного господарства. Дивно, але типове завдання управління якістю та конкурентоспроможністю туристських послуг не передбачає жодної компетенції відносно управління професійною працездатністю фахівця і клієнта.

Туроператор і турагент повинні вміти розробляти нові технології галузі, нові туристські послуги, визначати соціально-економічний ефект, екологічні наслідки від їх впровадження. Вважаємо, що на першому місці тут має стояти таке: визначати фізіологічну вартість і прогнозувати соціально-економічний ефект щодо наслідків для здоров'я клієнтів проектів нових турів. Фахівці повинні пропонувати ефективні форми надання рекреаційних послуг диференційовано, ураховуючи потенційний попит, а також показання і протипоказання для здоров'я споживачів турпродукту. Прогнозування динаміки попиту на турпродукт потребує вивчення попиту населення у санаторно-курортному лікуванні.

Завдання щодо управління персоналом передбачає вміння взаємодіяти з державними службами зайнятості, здійснювати добір, наймання кадрів,

проводити співбесіду з претендентами, їх тестування, здійснювати заходи щодо ефективної адаптації працівників, вміння застосовувати методи оцінювання професіоналізму персоналу, розробляти план розвитку організації, формувати кадровий резерв, ефективно використовувати кваліфікаційний потенціал організації.

Соціально-особистісні компетентності та система компетенцій, що їх відображає, представлена у Додатку Б освітньо-кваліфікаційної характеристики випускника з кваліфікацією „Магістр з туризму” (табл. 3.3). Наводимо лише ті, на які можна ефективно впливати засобами фізичної культури і спорту. На жаль, викладачі кафедри фізичного виховання і спорту у професійно-прикладній фізичній підготовці дуже рідко орієнтуються на ці компетенції, а часто навіть і не знають про них. Це значно обмежує сферу професійної майстерності випускників вишу.

Наведені види завдань, зміст професійної компетенції, а також соціально-особистісні компетентності мають бути основою змісту робочих програм з дисципліни „Фізичне виховання” і похідних від неї. На жаль, до розробки ОКХ і навчальних планів не залучаються фахівці з фізичного виховання – єдиної у технічному виші дисципліни, спрямованої на формування професійного здоров’я, професійно-прикладних психофізичних умінь і навичок. У той же час науково доведено, що переважна більшість професійно важливих психологічних і фізіологічних якостей успішно виховуються й удосконалюються саме засобами фізичного виховання і спорту.

Таблиця 3.3 – Соціально-особистісні компетентності випускника ХНАМГ кваліфікації „Магістр з туризму” та система компетенцій, що їх відображає

Зміст компетентності щодо вирішення проблем і завдання соціальної діяльності	Зміст і номер компетенції
1	2
1. Формування стійкого світогляду, правильного сприйняття сучасних проблем розвитку суспільства, людського буття і духовної культури, соціальної відповідальності	<p>1.1 Засвоювати і реалізувати наукові та культурні досягнення світової цивілізації, поважно ставитися до різних культур, релігій, до ідей збереження миру, неухильного дотримання прав людини.</p> <p>1.2 Критично оцінювати політичні, економічні, екологічні, культурні й інші події та явища.</p> <p>1.3 Проникати в сутність явищ і процесів реального світу, свідомо використовувати наукові знання у пізнавальній і професійній діяльності.</p> <p>1.4 Розглядати культурологічні питання сучасності з позицій вшанування традицій і звичаїв свого народу та культурного надбання людства.</p> <p>1.5 Аналізувати явища духовного життя, орієнтуватися у багатому світі духовної культури людства.</p> <p>1.6 З'ясовувати причинно-наслідкові зв'язки в історичних подіях, аналізувати й узагальнювати історичний матеріал у певній системі, порівнювати історичні факти на основі знань, здобутих з різних джерел.</p> <p>1.7 Дотримуватися загальнолюдських моральних норм і цінностей, сприяти зміцненню моральних засад суспільства.</p> <p>1.8 Вносити посильний внесок у гармонізацію людських, міжнаціональних, міжкультурних, міжпартійних відносин.</p> <p>1.9 Протистояти проявам расової, національної, статевої, вікової дискримінації.</p> <p>1.10. Ураховувати соціальні аспекти впливу рішень, що приймаються, на співробітників, споживачів, місцеву спільноту.</p> <p>1.11 Добровільно відгукуватися і робити позитивний внесок у вирішення загальних соціальних проблем: захист довкілля, захист прав громадян, охорона здоров'я і безпека, захист інтересів споживача.</p> <p>1.12 Забезпечувати екологічно-збалансовану діяльність.</p> <p>1.13 Забезпечувати необхідний рівень індивідуальної та колективної безпеки у разі виникнення типових небезпечних ситуацій.</p>



1	2
2. Здатність до ефективної комунікаційної взаємодії та комунікативна компетентність	<p>2.1 Створювати власний імідж, вдосконалювати його складові: зовнішній вигляд, манери, впевненість у собі, позитивну енергетику.</p> <p>2.2 Одягатися відповідно до ситуації з урахуванням особливостей зовнішності та віку.</p> <p>2.3 Демонструвати хороші манери, культуру, дотримуватися етики ділового спілкування.</p> <p>2.4 Застосовувати невербальні методи спілкування, здійснювати ефективне слухання, бути готовим до публічного виступу.</p> <p>2.5 За допомогою спостережень за ознаками міжособистісних відносин діагностувати власний стан, стан та настрої інших людей, рівень психологічної напруги, вирішуючи завдання діяльності різної складності.</p> <p>2.6 Визначати чинники, що призводять до виникнення конфліктів у міжособистісному спілкуванні, та зменшувати рівень їхнього впливу.</p> <p>2.7 Організувати та контролювати власну поведінку з метою забезпечення гармонійних стосунків з учасниками спільної діяльності, ураховуючи психологічні особливості її членів, зумовлені віком, статтю, політичними та релігійними уподобаннями, рівнем розвитку психічних функцій, можливими життєвими кризами тощо.</p> <p>2.8 Проводити обговорення проблем загальнонаукового та професійно-орієнтованого характеру з метою досягнення порозуміння, застосовуючи лексико-граматичний мінімум у певній галузі, під час усних ділових контактів із використанням прийомів і методів усного спілкування і відповідних комунікативних методів.</p> <p>2.9 Добирати і використовувати психолого-педагогічні технології у професійній та інших сферах життєдіяльності.</p>
3. Здатність до здорового способу життя	<p>3.1 Пропагувати і вести здоровий спосіб життя, фізично самовдосконалюватися.</p> <p>3.2 Розробляти і дотримуватися здорового режиму роботи та відпочинку.</p> <p>3.3 Дозувати навантаження, уникати систематичної перевантаженості, розвивати власну стресовитривалість, здійснювати саморегуляцію, підтримувати гарний настрій.</p> <p>3.4 Підтримувати і відтворювати працездатність, швидко відновлювати фізичні та духовні сили.</p> <p>3.5 Зберігати трудову активність в екстремальних ситуаціях.</p>

1	2
	<p>3.6 Забезпечувати необхідний рівень особистої фізичної підготовки та психічного здоров'я.</p> <p>3.7 Використовувати фізичні вправи з метою збереження та зміцнення власного здоров'я і забезпечення фахової дієздатності.</p> <p>3.8 Використовувати різноманітні види фізичних вправ та психофізичний тренінг для профілактики захворювань, зміцнення здоров'я й підвищення розумової та фізичної працездатності.</p> <p>3.9 Використовувати засоби фізичної культури і спорту з метою покращення здоров'я та рухової підготовленості як складових ефективної професійної діяльності.</p> <p>3.10 Використовувати природні чинники з метою зміцнення здоров'я, підвищення працездатності та стійкості до захворювань.</p> <p>3.11 Використовувати засоби фізичної культури з метою нівелювання впливу шкідливих чинників професійної діяльності, профілактики захворювань і протистояння хибним звичкам.</p>
4. Здатність до засвоєння нових знань, самовдосконалення	<p>4.1 Займатися самоаналізом, використовувати методи адекватної самооцінки, самокритику, долати власні недоліки та шкідливі звички.</p> <p>4.2 Реалістично й оптимістично ставитися до себе, спокійно сприймати свої невдачі та вчитися на них.</p> <p>4.3 Визначати й усвідомлювати межі своїх знань, визнавати й аналізувати помилки, у тому числі і власні.</p> <p>4.4 Адаптуватися до зростаючих потоків інформації, до наслідків науково-технічного прогресу.</p> <p>4.5 Використовувати різноманітні методи та прийоми самовиховання.</p> <p>4.6 Застосувати спеціальні методики корекції власного психічного стану залежно від психофізичних навантажень.</p> <p>4.7 Користуватися прийомами саморегулювання та самоконтролю, розвитку вольових властивостей особистості.</p> <p>4.8 Розвивати лідерський потенціал, підприємливість і вміння йти на виправданий ризик.</p> <p>4.9 Систематично читати літературу за фахом (у тому числі закордонну), складати реферат, анотацію.</p> <p>4.10 Тренувати пам'ять, у т. ч. рухову пам'ять тіла, розширювати руховий інтелект.</p> <p>4.11 Використовувати різноманітні форми постійного підвищення власної кваліфікації.</p>
5. Поєднання теоретичних і практичних аспектів культури в процесі діяльності людини та суспільства	<p>5.1 З урахуванням правил поведінки за певними методиками проводити нормування та систематизацію результатів спостереження за діяльністю людини.</p> <p>5.2 На основі аналізу результатів спостережень за діяльністю за допомогою критеріїв нормування та систематизації визначати культурний контекст.</p> <p>5.3 З урахуванням визначеного місця окремих соціокультурних елементів у культурному контексті інтегрувати власну діяльність у культурне оточення.</p>

### 3.3. Професіограма „Менеджер з туризму” як орієнтир професійної підготовки майбутнього спеціаліста

При цілеспрямованому вивченні різних аспектів трудової діяльності людини з метою її раціоналізації й оптимізації необхідно мати комплекс знань про професію в цілому. Це дозволяє вирішувати науково-практичні завдання у різних галузях знань. У психології праці вивчення професій здійснюється в основному у двох основних напрямках. Представники першого напрямку свої зусилля концентрують на описі й психофізіологічному аналізі професій для вирішення завдань професійного відбору, консультації, навчання, раціоналізації робочого місця, профілактики стомлення. Дослідники, що представляють другий напрям, займаються класифікацією професій з метою їхнього проектування. У результаті спільних зусиль виділився новий науковий підхід – професіографія, під якою розуміють описово-технічну і психофізіологічну характеристику різних видів професійної діяльності [171]. У межах цього підходу складаються професіограми, які включають певні знання про професію й організацію праці. Це узагальнена модель успішного фахівця у певній галузі. У ній представлені науково обґрунтовані норми і вимоги професії до якостей особистості фахівця, що дозволяють ефективно працювати.

Професіограма – це опис психофізіологічних вимог професії до діяльності й особистості людини. Вона має враховуватися у професійній підготовці в навчальних закладах різного рівня. Є. С. Романова окремо виділяє якості, що забезпечують успішність виконання професійної діяльності або перешкоджають її ефективності. У стислому вигляді професіограма «Менеджер з туризму» наведена нижче (табл. 3.4) [155].

Таблиця 3.4 – Загальні складові професії «Менеджер з туризму»

Найменування професії	менеджер з туризму
Домінуючий спосіб мислення	адаптація – координація
Галузь базових знань № 1 і їхній рівень	економіка, математика рівень 3, високий (теоретичний)
Галузь базових знань № 2, їхній рівень	прикладна психологія, соціологія, менеджмент і аналіз – рівень 2, середній (практичне використання знань)
Професійна сфера	туризм
Міжособистісна взаємодія	часта за типом «разом»
Домінуючий інтерес	підприємницький
Додатковий інтерес	соціальний
Умови роботи	у приміщенні, мобільний

Спосіб мислення «адаптація – координація»: є декілька способів виходу з проблемної ситуації та необхідно вибрати оптимальний залежно від обставин. Спосіб вирішення професійних завдань передбачає пристосування наявних загальних знань до умов, контексту ситуації, що змінюється. Сфера базових знань № 1 – знання з загальноосвітніх предметів, № 2 – знання зі спеціальних предметів. Рівень знань високий – теоретичні знання, середній – практичне використання знань, низький – знання, одержане дослідним шляхом (навички).

Міжособистісна взаємодія часта за типом «разом» означає, що людина прагне діяти разом з іншими, для неї краще така робота, яка відбувається при постійних взаємовідносинах з іншими. Тут перевага віддається виконанню спільної роботи «командою», маленькою згуртованою групою. Така людина погоджується на деяку залежність від інших у роботі й не любить працювати поодиноці. Підприємницький тип особистості – кмітливий, жвавий, практичний, енергійний, ініціативний, азартний. Прагне до лідерства, любить бути на виду. Не любить занять, що вимагають посидючості, тривалої концентрації уваги. Добре справляється з роботою, що вимагає швидкого прийняття рішення. Переважають словесні здібності. Контакти з людьми є численні. Обирає професії комерсанта, підприємця, політика, страхового агента, менеджера. Соціальний тип особистості – активний, товариський, емоційний, чутливий. Володіє розвиненими словесними здібностями. Уміє встановлювати і підтримувати відносини з людьми. Заняття, яким віддається перевага: навчання, інформування, обслуговування. Професії цього типу: вчитель, вихователь, психолог, священнослужитель, соціальний працівник.

Домінуючі види діяльності менеджера з туризму:

- формування туристичного продукту: розробка туристичного маршруту, вибір країни, визначення міст, готелів тощо;
- розробка екскурсійних маршрутів, визначення об'єктів архітектури для огляду тощо;
- вивчення й аналіз туристичної індустрії: огляд готелів та інших місць розміщення об'єктів пізнавального, ділового, оздоровчого, рекреаційного, лікувального, спортивного призначення;
- вивчення й аналіз діяльності конкурентів, що надають туроператорські й турагентські послуги (проведення маркетингу);
- просування і реалізація туристського продукту: реклама, участь у спеціалізованих виставках, ярмарках; організація туристських інформаційних центрів з продажу туристського продукту, видання каталогів, буклетів тощо.

Якості, що забезпечують успішність виконання професійної діяльності згруповані Є. С. Романовою як здібності й особистісні якості, інтереси, схильності.

**Здібності:** комунікативні здібності (уміння знаходити контакт, налагоджувати відносини з людьми, налагоджувати взаємовідносини тощо); ораторські уміння (грамотно висловлювати свої думки, говорити чітко, ясно, виразно, уміння переконувати, слухати), розвинені організаторські здібності

(уміння ухвалювати рішення у невизначених ситуаціях, здатність швидко вирішувати питання у проблемних ситуаціях, здатність керувати собою, хороший рівень розвитку словесно-логічної та образної пам'яті, мнемічних здібностей (довготривала і короткочасна пам'ять), високий рівень розвитку переключення і розподілу уваги (здатність швидко переключати увагу з одного предмета на інший, а також утримувати в центрі уваги одночасно декілька предметів або здійснювати одночасно декілька дій), здатність впливати на оточуючих.

*Особистісні якості, інтереси, схильності:* енергійність, ерудованість; терпимість, інтерес і повага до людей; оригінальність, винахідливість, різносторонність; артистизм, спостережливість, тактовність, вихованість; прагнення до саморозвитку; упевненість у собі, ухвалюваних рішеннях; цілеспрямованість, наполегливість; творчі здібності; гнучкість (уміння гнучко і швидко реагувати на різні зміни ситуації); упорядкованість (здібність до порядку, технологічності й нормативності); наявність розвиненої інтуїції.

Якості, що перешкоджають ефективній професійній діяльності такі: відсутність здібності до роботи з людьми; агресивність, нетерпимість до людей; нерішучість, замкнутість; ригідність мислення (нездатність змінювати способи вирішення завдань відповідно до умов середовища, що змінюється); низький рівень розвитку або відсутність організаторських і комунікативних здібностей; відсутність ораторських здібностей; невміння слухати клієнта; егоїзм, неорганізованість, недисциплінованість, обмеженість світогляду, невміння протистояти зовнішнім обставинам.

Сфери застосування професійних знань: туристичні агентства і туроператорські компанії, готельний і ресторанний бізнес, рекламні агентства і компанії, освітні установи (школи, дитячі сади, виші).

Державний стандарт вищої освіти зобов'язує кафедри вишу орієнтувати свою роботу на опанування бакалавром і магістром певних знань, умінь й навичок відповідно до обраної професії.

Численними дослідженнями доведена необхідність базування робочих програм з фізичного виховання на профісіограмах певної спеціалізації.

### **3.4. Вплив спеціально-прикладної фізичної підготовки на підвищення ефективності професійної освіти студентів**

Профілактикою негативних впливів на організм людини технізації праці й побуту займаються фахівці різного профілю, зокрема науковці з фізичної культури. Вони досліджують функціональні можливості здорової людини і резерви підвищення її працездатності у різних умовах, щоб використовувати адаптаційні можливості організму у спеціалізованій підготовці [181]. Якщо раніше темп і ритм трудового процесу задавала сама людина через керовану нею техніку, то тепер їх визначає технологія виробництва, до якої людина має пристосовувати свою працю. Це істотно

змінює її місце і роль у виробничому процесі. Значно підвищується відповідальність робітника за результати праці.

Зміна структури трудових зусиль і функціональної ролі людини підвищила вимоги до почуттєво-рухової діяльності працівника, особливо відносно стійкості уваги, швидкості й точності його реакції. Крім того, сучасний фахівець вищої кваліфікації керує не лише технікою, але й висококваліфікованими співробітниками. Зміна місця і функціональної ролі людини в сучасному виробничому процесі вимагає цілеспрямованої психофізичної підготовки. Важливими завданнями професійно спрямованої психофізичної підготовки майбутніх спеціалістів є такі:

- забезпечити високий рівень інтенсивності й індивідуальної продуктивності праці;
- забезпечити психофізичну надійність в обраному виді професійної праці.

Поняття «якість фахівця» включає не лише знання, уміння і навички у професійній сфері, але й психофізичну придатність, яка залежить від рівня фізичної підготовленості. В економічній літературі із цього приводу сказано: навіть якщо людина володіє знаннями і професійним досвідом, але не має необхідних фізичних здібностей, щоб працювати, то її не можна зараховувати до якісних трудових ресурсів [86, 181].

Тільки науково і методично правильно організований навчальний процес з підготовки до професійної діяльності може створити психофізіологічні передумови для формування оптимального професійного здоров'я і сприяти:

- прискоренню професійного навчання;
- досягненню професійної майстерності в обраній професії;
- запобіганню професійних захворювань і травматизму, забезпеченню активності й професійного довголіття;
- формуванню стійкої звички вести здоровий спосіб життя;
- формуванню умінь і навичок організації активного відпочинку, відновлення загальної та професійної працездатності у робочий і вільний час;
- формуванню умінь і навичок з виконання службових і суспільних функцій із впровадження фізичної культури і спорту в професійному колективі.

Доведено, що за допомогою спеціально організованих занять можна досягти підвищеної стійкості організму до холоду, спеки, сонячної радіації, різких коливань температури повітря. Такий ефект можна отримати в результаті опанування теоретичного, методичного і практичного підрозділів ППФП. Знання, уміння і навички з ППФП оцінюються відповідно до спеціальних вимог і нормативів, що розробляються кафедрою фізичного виховання для кожного факультету. Вимоги до оцінювання встановлюються з урахуванням профілю фахівців, що випускаються [152]. Вони є

обов'язковими для кожного студента і можуть входити у комплекс залікових вимог з дисциплін «Фізична культура» і «Фізичне виховання».

І. Г. Бондаренко звертає увагу на необхідність модернізації системи професійно-прикладної підготовки у вишах [24]. За його даними, викладачі профільюючих дисциплін і фахівці в галузі екології відзначають недостатній рівень психофізичної підготовленості студентів до роботи у польових умовах, що перешкоджає виконанню деяких завдань під час практичних занять з профільюючих дисциплін. Дані анкетного опитування студентів Дніпродзержинського державного технічного університету і Миколаївського державного гуманітарного університету виявили бажані для студентів пріоритети. Так, більшість студентів, що навчаються за фахом «Екологія і охорона навколишнього середовища», пропонують організовувати туристичні походи у заповідні зони, частіше проводити заняття на відкритому повітрі. Були виявлені види спорту, які найбільше сприяють професійній підготовці студентів-екологів. Це плавання, веслування, туризм, легка атлетика.

Сучасне високотехнічне виробництво і ринкові відносини висувають дуже високі вимоги до якості підготовки фахівця-інженера. Його конкурентоспроможність визначається не лише тим, які професійні знання, уміння і навички він має, але й рівнем здоров'я, працездатності й надійності.

За результатами дослідження умов професійної діяльності, сучасний інженер 70–90 % робочого часу перебуває у малорухомій змушеній позі – сидячи, широко використовує у своїй роботі технічні пристрої, зокрема такі як комп'ютер. Це збільшує навантаження на органи зору і нервову систему, що значно погіршує рівень здоров'я і працездатності фахівця. Враховуючи ці умови, у професійну підготовку майбутнього інженера необхідно включити засоби і методи, які допомогли б пом'якшити дію негативних чинників професійної діяльності. Результатом стане поліпшення професійного здоров'я, підвищиться працездатність, розширяться адаптаційні резерви систем організму. У результаті це призведе до збільшення продуктивності праці.

Аналіз впливу спеціально спрямованої фізичної підготовки на підвищення ефективності професійної підготовки студентів вищих навчальних закладів інженерно-технічного профілю виявив суперечності між підвищенням вимог роботодавця до претендентів на посаду і переважно низьким рівнем фізичного стану випускників вишів. Це стосується професійної працездатності, фізичного і психічного здоров'я та наявності стійкої тенденції до його погіршення. На це звернено увагу і в урядових документах.

На державному рівні Кабінет Міністрів України наводить статистичні дані щодо демографічних проблем, обумовлених поганим здоров'ям молоді [5, 10]. У кожному конкретному документі пропонуються заходи щодо виправлення ситуації, що загрожує фізичною деградацією молоді. У той же час традиційно зневажливе, точніше, споживче ставлення до здоров'я

призводить до того, що освітнє середовище вишів не є здоров'язоощаджувальним. Скоріше навпаки. Це питання є дуже багатограним і складним хоч би тому, що має в своїй основі етнокультурне і навіть цивілізаційне коріння. Крім того, унаслідок складності моделювання біосоціальних систем «людина» і «особистість», багато базових теоретичних питань досі не розв'язані. Зокрема немає всеосяжного поняття «здоров'я», тим більше – «професійне здоров'я» [12, 150].

Природно, що завдання і функції кафедр фізичного виховання з підготовки здорових фахівців залишаються не виконаними.

Слід зазначити, що далеко не всі резерви з формування професійного здоров'я студента вичерпані. На жаль, переважна більшість адміністративних працівників навчальної частини, деканатів, керівників випускаючих кафедр та й переважна більшість викладачів фізичного виховання і спорту з войовничою постійністю недооцінюють культурологічні можливості теоретичних занять з дисципліни «Фізичне виховання».

Вимушені констатувати, що Наказ Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України «Про затвердження Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах» з багатьох позицій не прийнятий до виконання у багатьох вишах. Як наслідок, в освітньо-кваліфікаційних програмах і характеристиках підготовки бакалаврів і магістрів за усіма спеціальностями, а значить і в навчальних планах, окрім практичних, зовсім не передбачені години на лекції, практичні, семінарські, індивідуальні заняття, консультації з фізичного виховання. Це значно перешкоджає якості навчання, адже, як відомо, вищий рівень знань – це теоретичний, а нижчий – це практичний. Фактично, усупереч Конституції та наказам держави студентів позбавляють права отримувати повноцінне навчання з питань формування професійного здоров'я. У Наказі зокрема сказано, що фізичне виховання та масовий спорт у сфері вищої освіти мають на меті забезпечити виховання в осіб, що навчаються (далі – студенти) у вищих навчальних закладах, потреби самостійно оволодівати знаннями, уміннями й навичками управління фізичним розвитком людини засобами фізичного виховання та навчання, застосовувати набуті цінності в життєдіяльності майбутніх фахівців. Завданнями фізичного виховання та масового спорту у вищих навчальних закладах є:

- формування у студентської молоді основ теоретичних знань, практичних і методичних здібностей (умінь і навичок) з фізичного і спортивного виховання, фізичної реабілітації, масового спорту як компонентів їх повноцінної, гармонійної та безпечної життєдіяльності;
- набрання студентською молоддю досвіду в застосуванні здобутих цінностей упродовж життя в особистій, навчальній, професійній діяльності у побуті та в сім'ї;
- забезпечення в студентської молоді належного рівня розвитку показників їх функціональних і морфологічних можливостей організму, фізичних якостей, рухових здібностей, працездатності;



- сприяння розвитку професійних, світоглядних і громадянських якостей студентів;
- підготовка та участь студентів у різноманітних спортивних заходах.

Навчально-виховний процес з фізичного виховання та масовий спорт у сфері вищої освіти ґрунтується на таких основних принципах:

- пріоритетності освітньої спрямованості процесу фізичного виховання та функціонального фактора в оцінюванні фізичного розвитку студентів;
- багатокладності, що передбачає створення у вищих навчальних закладах умов для широкого вибору студентами засобів фізичного виховання для навчання та участі у спортивних заходах, які відповідали б їх потребам, стану здоров'я, фізичній і технічній підготовленості, спортивній кваліфікації;
- індивідуалізації та диференціації навчального процесу з фізичного виховання;
- поєднанні державного управління і студентського самоврядування.

Нагадаємо, що Наказом МОНУ (2006 р.) [9] передбачені такі форми навчальної роботи з фізичного виховання, як навчальні заняття, самостійна робота, контрольні заходи. Основними видами навчальних занять з фізичного виховання у вищих навчальних закладах є лекція (теоретичне заняття), практичне, семінарське, індивідуальне заняття, консультація. Однак зараз, у 2012 р., ці форми занять досі не введені. Навчальні частини і деканати вишів при складанні та затвердженні навчальних планів суттєво обмежують можливості дисципліни, зводячи її лише до практичних занять. Уже тривалий час виконання вимог законів, постанов і наказів в окремих випадках нівелюється, а іноді й перешкоджається на місцевому рівні, в окремо взятому виші. Як наслідок, організація процесу фізичного виховання та масового спорту зі студентською молоддю не забезпечується у передбаченому обсязі, у тому числі з причини поганого здоров'я студентів і відсутності стійких навичок здорового способу життя.

Але не все так погано. Життя поступово змушує розставляти пріоритети відповідно до законів природи. Так, ставлення до здоров'я як одного з найважливіших чинників забезпечення безпеки держави демонструють економісти [20, 51]. У літературі, не пов'язаній зі сферою фізичної культури, усе частіше з'являються роботи, автори яких звертають увагу на актуальність формування не лише необхідно-мотиваційних, але й ціннісних орієнтацій студентів щодо здоров'я [91, 116, 125, 134]. Значний арсенал педагогічних впливів на особистість має фізична культура і спорт. Про це свідчить багатовікова історія питання щодо можливості формування особистості студента, її етичних і вольових якостей, що є основою для вдосконалення і самовдосконалення. Велика кількість досліджень довела, що сфера фізичної культури і спорту має величезні можливості для формування і виявлення громадянських і патріотичних почуттів майбутнього фахівця [40, 60, 103, 107].

### 3.5. Формування здоров'язоошаджувальної культури студента

Зміст поняття „здоров'я” змінювалося залежно від розвитку біології та медицини, а також від зміни філософського і соціального мислення. Питання „що є здоров'я?” залишається предметом дискусії з давніх часів. Нині в літературі можна знайти безліч визначень здоров'я, починаючи з Гіпократата і закінчуючи Всесвітньою організацією охорони здоров'я ВООЗ. Прагнучи зрозуміти різносторонність поняття „здоров'я”, виділяють п'ять моделей його визначення: медичне (або функціональне), біомедичне, біосоціальне, оцінне соціальне й інтегроване соціальне [150]. У конституції ВООЗ визначення здоров'я дано на основі оцінної соціальної моделі здоров'я [139]. Професор В. П. Казначеев вважає, що з причини складності зв'язків між складовими здоров'я точне визначення здоров'я як індивіда, так і популяції практично є неможливим. На сучасному етапі під адаптацією розуміють особливу анатомічну, фізіологічну, біохімічну характеристику організму під впливом дії чинників навколишнього середовища [84].

У процесі еволюції тваринного світу механізми адаптації мають велике значення. Вони визначають надійність організмів відносно гострих екстремальних впливів. Пристосування і стійкість тварин до хронічних екстремумів в еволюції відпрацьовувалися слабкіше. Це природно, оскільки тварини з хронічними захворюваннями, як правило, у природних умовах гинули. Тобто у тваринному світі при зустрічі з надзвичайним (неадекватним) подразником біосистема має два виходи:

1) гострий патологічний процес, а як наслідок – гостре захворювання і подальше відновлення – одужання;

2) загибель; перехід у хронічний процес можливий, але маловірогідний.

У домашніх тварин і, можливо, у людини внаслідок дестабілізуючого впливу відбору можливі три результати:

1) гострий патологічний процес;

2) загибель;

3) перехід патологічного процесу в хронічний ціною зміни в біоритмах і зрушень взаємин у механізмі гомеостазу [84].

На думку спеціалістів, деякі особливості екології людини якоюсь мірою нагадують елементи екології домашніх тварин, оскільки в тому й іншому випадках тиск природного відбору ослаблений. Ці дані вимагають спеціальних досліджень генетики механізмів адаптації. Висловлюється припущення, що негативні явища в генетиці адаптації у людини компенсуються істотним збагаченням генофонду людей за рахунок значної міграції, а також розвитком у людини другої сигнальної системи, евристична роль якої, ймовірно, сприятливо позначається на становленні й реалізації процесів адаптації [64, 69]. Добре відомі численні приклади унікальної витривалості людини, компенсації патологічних процесів, які важко з'ясувати з позицій лише звичайних фізіологічних уявлень. При цьому вирішальну роль відіграють цільові психічні установки людини – мотивації.

Використання аксіологічного підходу до поняття „здоров'я” дозволяє розглядати людину як вищу цінність суспільства, а також вивчати явища з позиції задоволення потреб людей. Тому Д. Є. Воронін обрав його як теоретичну основу при дослідженні питання формування здоров'язоощаджувальної культури студентів [46].

Цінність того або іншого об'єкта визначається у процесі його оцінювання особистістю. Різниця між цінністю й оцінкою полягає в тому, що цінність є об'єктивною, бо вона утворюється у процесі суспільно-історичної практики. Оцінка ж є вираженням суб'єктивного ставлення до цінності й тому може бути як істинною, якщо вона відповідає цінності, так і помилковою, якщо вона цінності не відповідає. Оцінці, на відміну від цінності, властиво бути не лише позитивною, але й негативною. З метою встановлення відмінності визнаних цінностей (суб'єктивно-об'єктивних) і фактичних (об'єктивних), використовується категорія «потреба». Загальновідомо, що потреби людини виступають як основа її життєдіяльності. Уся культурна спадщина людства пов'язана з історією виникнення і розвитку потреб. Детальне вивчення історії розвитку і становлення потреб є своєрідним джерелом до розуміння історії людської культури. Багато учених розглядають потребу як причину активності, діяльності людини. А. С. Макаренко писав, що якнайглибший сенс виховної роботи полягає у відборі та вихованні людських потреб, у приведенні їх до тієї етичної висоти, яка лише може спонукати людину до боротьби за подальше вдосконалення [111].

Домінуюча ціннісна орієнтація відіграє роль «аксіологічної пружини», що передає свою активність усій решті ланок системи цінностей. Вибір ціннісного підходу дозволив Д. Є. Вороніну розглянути суть процесу формування здоров'язоощаджувальної культури студентів як соціально-педагогічного феномена. Були розглянуті цільові функції формування потреби зберігати здоров'я. Дослідник дійшов висновку, що знання основ здоров'язоощаджувальної культури виступає як елемент мислення студента [46]. Адже маючи достатній обсяг науково-практичних знань і сформовані вольові якості, людина може вносити корективи у процеси своєї життєдіяльності та спосіб життя. Ступінь усвідомлення студентом здоров'я як нескороминущої цінності залежить, передусім, від цілісності світогляду, сформованої картини світу, традицій і цінностей суспільства. Від аксіологічної складової культури здоров'я особистості багато в чому залежить подальше самовизначення та успішність її самореалізації в житті та професійній діяльності.

Ціннісний потенціал здоров'я і фізичної культури є предметом вивчення багатьох авторів. Зокрема, професор Л. І. Лубишева відзначає, що фізична культура як особливе явище людського існування виконує загальнокультурні соціальні функції, зокрема такі, як виховна, освітня, нормативна, перетворююча, пізнавальна, ціннісно-орієнтаційна, комунікативна, економічна тощо. Як самостійна частина культури

суспільства фізична культура має специфічні соціальні функції. Вони органічно пов'язані із загальними, але більш конкретно виражають соціальну сутність фізичної культури як суспільно необхідної діяльності, її здатність задовольняти запити суспільства у сфері фізичного виховання. За ознаками спільності їх можна об'єднати в такі групи:

1. Загальний розвиток і зміцнення організму людини незалежно від віку, статі, стану здоров'я, ступеня фізичного розвитку через формування і розвиток фізичних якостей і здібностей, удосконалення рухових навичок, покращення здоров'я, зниження процесів інволюції тощо.

2. Психофізична підготовка людей до трудової діяльності, захисту вітчизни через мобілізаційну функцію, професійно-прикладну фізичну підготовку.

3. Задоволення потреби людей в активному відпочинку, дозвіллі, раціональному використанні вільного часу, наслідком чого є відвернення від шкідливих звичок, формування сталих звичок здорового способу життя.

4. Розвиток вольових якостей, фізичних здібностей і рухових можливостей людини від оптимального до граничного рівнів.

5. Економічна значущість фізичної культури визначається зниженням рівня захворюваності і травматизму працюючих, підвищенням їхньої працездатності і продуктивності праці, довголіттям, у тому числі й трудовим [108].

В узагальненому випадку фізична культура як форма організованої рухової активності виконує дві основні функції: вона використовується для зміцнення здоров'я різних груп населення, всебічного розвитку людини з метою активної участі у житті суспільства і для боротьби з вимушеною руховою недостатністю – гіпокінезією та гіподинамією окремих категорій людей. Існує точка зору, що основою інтелектуальної пам'яті є рухова пам'ять [194].

У світовій літературі фундаментально представлені теоретичні основи гіпокінезії й гіподинамії, кінезофілії, моторно-вісцелярних рефлексів. Встановлено, що рухова активність є головним джерелом усієї пропріоцептивної афферентації з широкою зоною дії на вегетативну сферу за типом моторно-вісцелярних рефлексів. Дефіцит імпульсів з будь-якої афферентної системи призводить до різкого послаблення всієї життєдіяльності організму людини і тварини, що характеризується станом патологічної дезактивації й астенії, тобто може розглядатися як екстремальний чинник.

Ученими сформульовані такі концепції: у загальнобіологічному плані – концепція кінезофілії, у фізіологічному – теорія моторно-вісцелярних рефлексів, у медичному – принцип захисного збудження. Так, концепція кінезофілії заснована на наявній у людини вродженій, природній, біологічній потребі у рухах. Вона аналогічна до такої самої потреби представників тваринного світу. Паралельно зі зниженням потреби у рухах в онтогенезі спостерігається наростання ознак старіння організму, причому виявлена така

залежність: чим менша рухова активність індивіда, чим раніше спостерігається зниження її обсягу, тим більш виражено виявляються процеси інволюції, звуження функціональних можливостей організму, соціальної активності людини. Дослідження показали відмінність, що збільшується, між календарним і біологічним віком студентів [25]. Можливо, що стійка тенденція „омолодження” багатьох захворювань пов'язана з цією обставиною також.

Отже, зниження рухової активності внаслідок змін способу життя у сучасних умовах має два аспекти. Йдеться, по-перше, про загальне обмеження рухів, зниження рівня витрат енергії, зменшення афферентації, що виникає при рухах тіла, а по-друге, про обмеження рухової діяльності з причини розвитку детренованості й атрофічних змін.

Зниження повноцінності будь-якої системи організму в результаті її бездіяльності є загальним біологічним законом. При обмеженні рухової активності, що підтримує та розвиває адаптивність, людина стає відносно беззахисною перед численними факторами зовнішнього середовища, що змінюються. Іншими словами, фізична активність людини, що відіграла провідну роль в її еволюції, стає не тільки біологічно, а й соціально значущою [194].

Фізіологічне обґрунтування ролі м'язової системи і скелетної мускулатури у підтримці функціонального стану організму, серцево-судинної системи, а також значення рухової активності в онтогенезі для здоров'я людини представлено у класичних дослідженнях І. А. Аршавського (1971, 1980, 1982), зокрема у сформульованому вченим «енергетичному правилі скелетних м'язів». Суть цього правила полягає у наступному: чим більший ступінь активності скелетної мускулатури (при цьому мають на увазі оптимальні форми її діяльності), тим більшою мірою організований спокій. Згідно з таким висновком особливості енергетики і відповідно рівень фізіологічних відправлень різних вегетативних систем органів і організму у цілому на кожному етапі вікового розвитку визначаються поточними особливостями скелетних м'язів. На жаль, ці фундаментальні висновки ще не знайшли належного застосування в системі фізичного виховання, в профілактичній медицині, в оцінці здоров'я людини. У той же час в практичній діяльності часто доводиться констатувати неспроможність м'язової системи до активної рухової діяльності, що очевидно є першопричиною деяких патологічних станів.

Таким чином, фізична (або рухова) активність – це невід'ємний і складний комплекс поведінки людини, залежний від біологічних і зовнішніх чинників. Однією з характерних особливостей сучасного способу життя, що має прогресуючу тенденцію, є зменшення обсягу рухової активності (гіпокінезія) і зниження м'язових витрат (гіподинамія) у поєднанні з нервово-психічними перевантаженнями. Рух – це найважливіша властивість життя людини. Нині невідомий більш фізіологічний метод стимуляції різних систем людського організму, ніж м'язова діяльність. Вона постійно тренує і

удосконалює механізми регуляції, спрямовані на відновлення функцій різних органів і систем, а також рівня «дієздатності» людини в цілому. У той же час питома вага фізичного навантаження на виробництві та в побуті катастрофічно зменшується [170, 181, 194].

За даними ВООЗ, сьогодні неврозами страждає 85 % населення земної кулі, і ця цифра зростає. За останні 65 років кількість неврозів зросла у 34 рази. В індустріально розвинених країнах Америки і Європи лютує своєрідна епідемія, яка щорічно позбавляє життя мільйони людей [137]. Головна причина – несприятливі для людини форми емоційної напруги – стрес на фоні гіподинамії та гіпокінезії. Це збільшення прогресує протягом останніх 20-ти років. Тому увага батьків, педагогів, інших осіб, зацікавлених в тому, щоб виростити здорове покоління, має бути приділена забезпеченню природної рухової активності дітей і молоді у процесі індивідуального розвитку. Треба розуміти, що вона не може бути замінена або компенсована лише організованими формами фізичної культури.

## Розділ 4

### БІОАДЕКВАТНІ ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ ЦІЛІСНОГО МИСЛЕННЯ

Нові типи суспільних відносин обумовлюють розроблення і впровадження інших підходів до професійної підготовки майбутніх фахівців, нових педагогічних технологій. Поняття «педагогічна технологія» дедалі більше поширюється в науці й освіті. Його варіанти – «педагогічна технологія», «технологія навчання», «освітні технології», «технології в навчанні», «технології в освіті» – широко використовуються в психолого-педагогічній палітрі та мають багато формулювань, залежно від того, як автори уявляють структуру і компоненти освітнього процесу.

Етимологія слова «технологія» означає «знання обробки матеріалу» (*techne* – „мистецтво”; „ремесло”, „наука” + *logos* – „поняття”, „вчення”) [43, 141]. Технологія включає також і мистецтво володіння процесом, завдяки чому вона персоналізується. Технологічний процес завжди передбачає певну послідовність операцій з використанням необхідних засобів (матеріалів, інструментів) і умов. У процесуальному розумінні технологія відповідає на питання: «Як зробити, з чого і якими засобами?» [161, С. 4].

На думку Т. Назарової, у кожному з понять – освітня технологія, педагогічна технологія, технологія навчання – діє відповідна ієрархія цілей, завдань, змісту. Освітні технології відбивають загальну стратегію розвитку освіти, єдиного освітнього простору, їхнє призначення – прогнозування розвитку освіти, конкретне проектування і планування, передбачення результатів, а також визначення відповідних до освітніх цілей стандартів. Прикладами освітніх технологій можуть бути концепції освіти, освітні

системи. На сучасному етапі – це гуманістична концепція освіти, система освіти в Україні тощо. Якщо освітні технології відбивають стратегію освіти, то педагогічні технології втілюють тактику її реалізації у навчально-виховному процесі. Це відбувається шляхом впровадження моделей останнього і тотожних йому моделей управління цим процесом. Наприклад, модель особистісно орієнтованого розвивального навчання, модульно-розвивального навчання, проблемного навчання тощо. Отже, можна зробити висновок, що педагогічна технологія відображає модель навчально-виховного й управлінського процесів освітнього закладу й об'єднує в собі зміст, форми і засоби кожного з них.

Навчальна технологія – поняття близьке, але не тотожне поняттю «педагогічна технологія». Воно відбиває шлях освоєння конкретного навчального матеріалу (поняття) в межах відповідного навчального змісту, адекватних йому форм і методів навчання. Поняття «педагогічна технологія» відоме з 20-х років ХХ ст., зустрічається у працях В. Бехтерева, І. Павлова, А. Ухтомського, С. Шацького. Вже тоді воно трактувалося по-різному. В одному випадку – як сукупність прийомів і засобів, спрямованих на чітку й ефективну організацію навчальних занять, що нагадує виробничу технологію; в іншому – як уміння оперувати навчальним і лабораторним обладнанням, використовувати наочні посібники. У подальші роки сутність поняття досліджували В. Беспалько, В. Бухвалов, Б. Гончаров і багато інших. У зарубіжній педагогічній теорії та практиці проблеми педагогічних технологій представлені в дослідженнях таких вчених, як Й. Ведемейер, Г. Веллінгтон, М. Вульман та ін.

З розвитком навчальної техніки і комп'ютеризації навчання поняття «технологія навчання» і «педагогічна технологія» стали усвідомлюватись як система засобів, методів організації й управління навчально-виховним процесом. На кінець 70-х – початок 80-х років відокремились два складники педагогічної технології: використання системного знання для вирішення практичних завдань і використання в навчальному процесі технологічних засобів. Цікаво, що у документах Асоціації з педагогічних технологій США підкреслюється, що педагогічна технологія є комплексним інтегральним процесом (люди, ідеї, засоби і способи організації діяльності) для аналізу проблем планування усіх аспектів засвоєння знань. Слід зазначити, що технології навчання, виховання, управління пов'язані з педагогічними технологіями загальною ідеєю відповідної освітньої концепції, педагогічними парадигмами, змістовим наповненням функцій. Педагогічна техніка відбиває рівень майстерності педагога. Від того як і якими прийомами навчання й виховання він володіє, залежить ступінь розвитку суб'єктів навчання (виховання). Це означає, що поняття «педагогічна техніка», безумовно, пов'язане з поняттям «навчальна (виховна) технологія», «педагогічна технологія», «освітня технологія». Ґрунтовий аналіз літературних джерел дозволив деяким авторам [143] нарахувати понад 300 визначень «педагогічна технологія». На нашу думку, поняття педагогічна

технологія є змістовим узагальненням, що включає в себе всі ці визначення і може бути представлене трьома аспектами:

- *науковим* (педагогічна технологія – складова педагогічної науки, що проектує педагогічні процеси у педагогічних системах);
- *процесуально-описовим* (педагогічна технологія включає опис, алгоритм процесу, сукупність цілей, змісту методів і засобів для досягнення гарантованих результатів, запланованої мети);
- *процесуально-дійовим* (педагогічна технологія розглядається як здійснення технологічного процесу, функціонування всіх особистісних, інструментальних і методологічних педагогічних засобів).

Отже, педагогічна технологія функціонує і як наука, що досліджує найбільш раціональні шляхи навчання, і як система принципів, прийомів і способів, що застосовуються у навчанні, і як реальний процес навчання. Теоретичний аналіз проблеми свідчить, що під педагогічною технологією найчастіше розуміється, насамперед, система найбільш раціональних способів досягнення педагогічної мети, наукова організація навчально-виховного процесу, що визначає найбільш раціональні й ефективні способи досягнення кінцевих освітньо-культурних цілей.

#### **4.1. Модель особистості та її використання при формуванні мислення**

Поняття „особистість” має різні тлумачення. Академік М. М. Амосов їх об'єднав у таке: «особистість» означає цілісну людину в єдності її індивідуальних здібностей і виконуваних нею соціальних функцій. Якщо виходити з інтелекту, то визначення М. М. Амосова звучить так: особистість – це сукупність вроджених і набутих якостей інтелекту, що належать людині, її індивідуальність [12]. Це є найбільш узагальнена словесна модель. Узагальнені моделі особистостей людей, що належать до певних соціальних груп, повинні увійти до майбутніх моделей суспільства. Суспільство – це система, що підлягає процесам самоорганізації, і корінь цього знаходиться у психології людей. Тому в моделі особистості необхідно обов'язково враховувати психіку людей. Вчений вважає, що модель особистості індивіда потрібна і вона має бути в майбутньому на озброєнні у практикуючого психолога і педагога. Вона є корисною, щоб надавати людині рекомендації відносно її поведінки, вибору поля діяльності й відносин з оточуючими. Зараз психологи і педагоги це роблять, але керуючись даними аналізу. Вони судять по окремих рисах особи і більше покладаються на інтуїцію, ніж на знання. Модель особистості дозволить синтезувати окремі якості в єдине ціле і внесе елемент розрахунку, особливо якщо використовувати комп'ютер. Звичайно, точність подібних розрахунків є невеликою, та вірогідність моделі вище, ніж враження, засновані на інтуїції. Дуже спрощена схема взаємовідносин індивіда і середовища представлена у нашому графічному варіанті нижче (рис. 4.1) [12].





Рис. 4.1 – Схема взаємозв'язків особистості й середовища

Праворуч розміщена схема особистості з її основними складовими. Ліворуч в узагальненому вигляді згруповані компоненти суспільства, з якими особистість взаємодіє у своєму житті. Між ними розташовані «входи» і «виходи», число яких можна було б значно збільшити, та можливості моделювання є досить обмежені, а збір інформації дуже приблизний. Склад моделі значно змінюється залежно від мети використання і пов'язаного з нею узагальнення. Щоб можна було використовувати представлену модель у психології та педагогіці, М. М. Амосов у першому наближенні розділив її на такі складові: стани, характер, здібності, потреби, переконання.

*Стани:* формальні та неформальні дані, що суттєво впливають на особу, – це вік, стать, освіта і кваліфікація, сімейний стан, громадське становище (соціальна група, професія, її ранг в ієрархії престижності), матеріальний стан сім'ї, рівень тренованості або здоров'я. Розмірність усіх величин дається в умовних одиницях. *Характер* – це вроджені риси, що мало змінюються від виховання й умов. Фізіологія характеру закладена у тонких біохімічних процесах нервової й ендокринної систем, що походять від генів. *Здібності* характеризують інтелект. Це є научуваність, виховуваність, пам'ять, комбінаторика. Є специфіка цих якостей у науці, мистецтві, майстерності. *Потреби* – це найважливіша частина моделі. Психологи звичайно розділяють соціальні та біологічні потреби, акцентуючи увагу на тих або інших, залежно від ідеології. На думку М. М. Амосова, цей розподіл

є штучним. По-перше, суспільні потреби теж закладені в біології, оскільки наші далекі предки були стадними тваринами. По-друге, усі біологічні потреби у людини вже втратили свою первинну «чистоту», оскільки вони формуються під впливом суспільства. Вторинні центри відчуттів в корі мозку тренують або детренують основні підкіркові центри, навіть такі, як голод або секс. Придушення або стимуляція є досить стійкими при стабільному житті, але уроджені якості можуть виявлятися при екстремальних змінах [12].

Алгоритм мислення сформував практично неможливо, оскільки поки невідомо, що таке мислення, чи можна створити його модель, як управляти ним. Тому вчений звертається до простіших понять, зокрема, розум й інтелект. Загальний алгоритм розуму, на його думку, сформувався у процесі біологічної еволюції та використовується в будь-якому управлінні складними об'єктами. М. М. Амосов висловлює свої погляди на природу і роль розуму, відкидаючи наявні міфи з приводу цього. Він вважає, що розум є матеріальний, його можна створити технічними засобами. Більш чи менш зрозуміло його походження можна визначити так – це продукт біологічної еволюції або точніше – результат самоорганізації матерії. Метафоричність природи розуму відрізняє його від штучного інтелекту.

Є багато визначень розуму, інтелекту. Так, В. А. Звягинцев вважає, що розум – це властиве живим організмам породження знань і цілеспрямована реалізація їх у взаємодії певного організму з середовищем. Як же можна впливати на розум, а через нього на мислення й управляти ними? Видатний кардіолог і кібернетик пише наступне: діяльність розуму полягає у впорядкованому перемиканні сигналів енергії, активності між моделями (структурами) розуму, які підпорядковані програмам, націленим на дії. Самі програми теж представлені моделями. Керування – це використання «робочих органів» для дії на об'єкт. Здійснюється це шляхом «прочитування» структури моделей сигналами, які трансформуються в енергію руху в ефекторах – м'язах або механізмах. «Розум керуючий» немислимий без «входів» і «виходів» на об'єкт. Для живих систем входи – це рецептори (очі, вуха), виходи – м'язи. Сам розум зосереджений у «моделюючому пристрої» – мозку, який є осередком моделей, «комп'ютером». Безумовно, для керування потрібна енергія – «електростанція, тіло» [12, С. 58, 98–100].

Розум суспільства втілений у розумі його членів з різним ступенем участі залежно від ідеології, державного устрою, рівня техніки й економіки. В першу чергу він направлений на управління громадянами і лише через них впливає на природу, матеріальну сферу і на інші угруповання. Звідси зрозуміло, що суспільство без сформованого ноосферного мислення людини природу, а значить і саму людину захистити не зможе.

Індивідам, як і суспільству, властиві недоліки: обмеженість, суб'єктивність, та особливо властива самоорганізація як результат творчості багатьох людей у сферах речей та ідей. Основу суспільного розуму складають ідеології. Вони є предметом творчості, як речі, але завжди мають під собою біологічну базу. Автори ідеологій вибирають точку на тих шкалах,

що спираються на суперечливі біологічні потреби і крайні відчуття, що їх виражають. Потім формулюють ідею словами, поширюють її серед громадян, таким чином формуючи їх переконання. На думку М. М. Амосова, це можна вважати своєрідним алгоритмом формування переконань, які стають мотивами, а потім функціональними актами. Оптимальність ідеології традиційно визначають «щастям народу», а також стійкістю і прогресом. Зараз до них додають ще збереження природи. «Технологія» розуму прямо відображається на моделі – істині. Як вони створюються, як сприймаються іншими – все це витікає з особливостей універсального інтелекту індивіда і колективу [12].

Серед основних чинників, які спонукають до активності, Н. І. Шевандрін називає такі:

- пізнавальний і професійний інтерес;
- творчий характер навчально-пізнавальної діяльності;
- змагальність;
- ігровий характер проведення занять;
- емоційна дія вищеназваних чинників [191].

Пізнавальний інтерес є провідним чинником активізації учнівської молоді. На жаль, в останні роки ми спостерігаємо у переважного числа студентів молодших курсів відсутність пізнавального інтересу, що нас дуже турбує. Величезними зусиллями, завдяки ретельній роботі цю проблему вдається зрушити з «мертвої точки», але лише в окремих студентів. Пізнавальний інтерес необхідно враховувати вже при формуванні змісту навчання і навчального матеріалу, що виноситься на заняття. Професійний інтерес має враховуватися за допомогою реалізації принципу адекватності навчально-пізнавальної діяльності учнів.

Намагаючись виявити національні особливості менталітету і характеру українського народу, що обумовлюють байдужість до власного здоров'я і лінощі в його зберіганні, ми вивчили етнокультурні традиції освіти і способу життя народу деяких країн Заходу і Сходу [109, 179]. У результаті аналізу і систематизації даних прийшли до розуміння такої ієрархії базових понять, використовуваних у педагогічній літературі, – виховання, навчання, освіта. Звідси на основі причинно-наслідкових зв'язків доцільно вивчати вплив життєдіяльності на мислення людини.

Для виходу з кризи сучасної системи освіти, на думку Н. В. Маслової, по-перше, на рівні суспільства, а не окремих індивідів, повинні усвідомлюватися стратегічні функції освіти: управлінська, етична, виховна, методична, світоглядна. По-друге, необхідно впроваджувати в освітню систему наукомісткі освітні біотехнології [117]. Виходячи з вищенаведеного, можна стверджувати, що одним з основних завдань управління освітою в період переходу людства до ноосферного шляху розвитку є організація процесу формування здорової, соціально активної особистості з ноосферним мисленням, що усвідомлює відповідальність за збереження рівноваги в системі „людина–суспільство–природа–Всесвіт”. Щоб запроваджувати

педагогічні технології для виховання такої особистості, необхідно підготувати ґрунт і створити умови. Для цього, на нашу думку, треба вирішити такі завдання:

- сформулювати мету і ноосферну концепцію освіти у вигляді моделей і критеріїв їх оцінки;
- виокремити сучасні педагогічні технології на основі моральних, психологічних, медичних, екологічних та інших значущих для здоров'я підходів і критеріїв, а також оцінити їх ефективність і безпеку для здоров'я учнів в умовах диференційованого навчання;
- створити здоров'язоощаджувальні засоби навчання, на їх основі популяризувати і забезпечувати впровадження у практику біологічно адекватних педагогічних технологій, оцінити їхню ефективність щодо фізіологічної вартості навчання;
- виробити державні освітні нормативи і регламенти з урахуванням фізіологічної вартості навчання;
- забезпечити керуванням процесом на основі цільових, державних, освітніх програм і стандартів;
- контролювати впровадження технологій з погляду «педагогічної» чистоти, екологічної та моральної безпеки.

Багаторічний педагогічний і науково-методичний досвід дозволяє нам затверджувати наступне: викладачі різних дисциплін повинні мати спеціальні знання і на цій основі навчати студентів здоров'язоощаджувальному мисленню, поведінці та способам адаптації до соціального і професійного середовища. При оцінюванні якості навчально-виховної роботи адміністрація і викладачі мають ураховувати фізіологічну вартість досягнень студентів. Практична реалізація цих побажань можлива за умов визнання здоров'я як педагогічну категорію і здоров'яформуючу функцію навчання як одну з основних функцій. Хочеться сподіватися, що почуття відповідальності за здоров'я майбутнього покоління і здоровий глузд примусять батьків, лікарів, педагогів, керівників медичних і освітніх установ спрямовувати свої знання і зусилля не лише на агресивні інформаційні технології, але й на формування здоров'язоощаджувального, екологічного мислення дітей і молоді [26]. Досвід показує, що прикладів такого підходу до виховання молоді є достатньо. Зокрема, можна розглянути виховну роботу з молоддю засобами туризму.

Туристична робота у виші відіграє важливу роль у системі виховання особистості студентів. Серед спеціальних завдань вона виконує також функцію формування певного типу поведінки у природному середовищі. Нині склався стереотип споживчого ставлення до природи. Педагоги вважають, що для формування позитивного стереотипу необхідні спеціальні соціально-екологічні знання і біологічно адекватні ціннісні установки, які закладають теоретичну основу взаємовідносин природи і суспільства. Одним із завдань екологічної освіти є формування соціально-екологічного

стереотипу поведінки студентів. За визначенням Є. А. Тулінова, соціально-екологічний стереотип – постійний тип взаємовідносин між людиною та оточуючою її природою, що виявляється в певній поведінці [172]. Дослідження дозволило зробити такі висновки: роль туризму у формування нормативної поведінки в природі є дуже значною. Туристична діяльність дозволяє студентам більш глибоко вивчити оточуючу їх природу, будувати правильні взаємовідносини з нею, виховувати звичку дбайливого раціонального і відповідального ставлення до природного середовища. Така звичка є основою для формування соціально-екологічного стереотипу поведінки впродовж подальшого життя.

#### **4.2. Психолого-педагогічні основи цілісного мислення і ноосферного виховання**

Пізнавальна діяльність здійснюється не лише в розумово-когнітивній сфері, але й в емоційно-психічній. Вічні істини, як відзначає К. Юнг, не можуть передаватися механістично, та в кожному епоху вони мають знову народжуватися із людської душі. Через їхнє усвідомлення відбувається становлення самої людини. Як відзначають філософи, ноосферне знання – це знання, орієнтоване на людину, тому загальною його характеристикою є єднання буттєвої та етичної складових. Ноосферне знання – це елемент холистичного бачення світу, воно спирається на нову картину світу, теоретичним базисом якої є еволюційно-синергетична парадигма [131].

Теорії розвитку особистості ще недостатньо добре розроблені. Сьогодні практично немає якоїсь єдиної теорії, здатної дати чітке уявлення про цю проблему. Різні теорії у центрі розгляду ставлять різні складові особистості, вважаючи їх найбільш значущими. Зокрема, на думку Н. І. Шевандріна, основними складовими особистості є такі:

- 1) темперамент – особливості нейродинамічної організації індивіда;
- 2) потребово-мотиваційна сфера, яка включає потреби, мотиви і спрямованість особистості;
- 3) емоційно-вольова сфера;
- 4) когнітивно-пізнавальна сфера;
- 5) характер – сукупність стійких, переважно прижиттєво сформованих властивостей;
- 6) здібності – поєднання психічних властивостей, що є умовою успішного виконання якої-небудь однієї або декількох видів діяльності [191].

Зазначимо, що *потреби* – це випробовувана людиною потреба у певних умовах життєдіяльності та розвитку; *мотиви* – спонуки до діяльності, пов'язані із задоволенням певних потреб; *спрямованість* – система стійких переваг і мотивів особистості, що орієнтують динаміку її розвитку і задають головні тенденції поведінки.

Ми згодні з тими філософами і педагогами, які навчання розглядають як засіб виховання. Унаслідок цілеспрямованого процесу виховання і

навчання особистість здобуває освіту. Уточнімо, що слова *виховання* і *розвиток* не є тотожні. Виховання – це цілеспрямований педагогічний процес дії на людину, а розвиток – безперервний природний соціобіологічний процес її життєдіяльності.

Одне з питань, на яке спробуємо відповісти, – яким чином найефективніше можна впливати на мислення людини, використовуючи засоби виховання і навчання? Оскільки без системного підходу відповіді не знайти, звернемося до праць академіка М. М. Амосова [12]. Разом із співробітниками Інституту штучного інтелекту він вивчав людину як відкриту складну систему «типу живих» і біологічну еволюцію розуму людини і суспільства. Нижче представлені деякі дані з його праць.

Самоорганізація визначила біологічну еволюцію, в ході якої сформувалися елементи загального алгоритму розуму (ЗАР). Потім еволюція привела до людини творчого, стадного існування і, нарешті, до первісного суспільства. З нього почалася еволюція соціальна і науково-технічний прогрес, який обіцяє новий етап розвитку розуму, можливо вже Всесвітнього – такого, що відірвався від біології, від людини, а може й від землі. Та це може і не відбутися. Вищий етап самоорганізації матерії виявився в біологічній еволюції та появі функції управління об'єктами з цільовими функціями суб'єкта розуму. Це такі функції, як виживання, розмноження, вдосконалення. Людина є продуктом еволюції мозку, що забезпечила її розум подовженням пам'яті та програмою творчості. У поєднанні із стадністю, існування предків (гомінідів), ці властивості породили суспільство, і воно, у свою чергу додавши мовне мислення до образного, вивело людину на сучасний рівень розуму. Він утілюється у творчості, у знаках, речах, релігії, науці, мистецтві. Проте біологічна природа, виражена в потребах і цільових функціях, залишилася і постійно виявляється у поведінці.

Удосконалення людини виявляється у підвищенні рівня свідомості та множенні його «координат»: зростають знання і розширюються об'єкти стеження й управління – від зовнішніх предметів до власних думок, до перевтілення в розум інших людей і дій зі свідомо нереальними моделями – мистецтво, ігри. Цим дещо пом'якшується егоїзм поведінки, і зменшуються недоліки розуму. Як вважає М. М. Амосов, вихованням (освітою, релігією, ідеологією) можна змінити вроджені потреби на 25 % [12]. Серед відчуттів-потреб експерти відзначили певну послідовність зменшення значущості за силою дії на мотиви діяльності: страх, голод, секс, власність, спілкування, лідерство, інтерес, свобода, гра. Ми звернули увагу, що найзначущим відчуттям є страх, а інтерес – передостанній. З цих позицій треба аналізувати мотиви, на які краще впливати для формування особистості студента.

Визнання відносної самостійності виховання від освіти вимагає особливого розгляду специфіки виховання, його цілей і завдань. Тлумачень терміну «*виховання*» є багато, як й інших категорій педагогіки і культури, адже це складна, багатогранна проблема суспільного розвитку. Своїми суспільно-політичними, етичними, соціально-психологічними,

світоглядними аспектами воно спирається на гуманітарні науки і втілюється у діяльності державних, приватних і громадських організацій, навчальних закладів [81].

Одне з найбільш точних, на нашу думку, визначень звучить так: *виховання* – це необмежений у часі та просторі, безперервний за своїм характер процес передачі окремими людьми і цілими поколіннями іншим людям і поколінням своїх відчуттів, поглядів, переконань, способів мислення і дії, соціального досвіду і життєвої позиції. Цей процес, що диференціюється віковими, професійними, соціальними особливостями вихованців, виражає об'єктивну закономірність розвитку суспільства [81]. Виховання призначене для того, щоб допомогти особистості розумно і зважено визначати своє ставлення до навколишньої дійсності, її політичних, економічних й етичних сфер і в той же час сформувати власні погляди на життя, особистий світогляд, індивідуальність і самореалізацію. Через виховання людина засвоює моральні норми суспільства, в якому вона живе, працює, виховує в собі непримиренність до моральних аномалій, здатність боротися з ними і запобігати їм в міру своїх сил і можливостей.

Виховання школярів і студентів в Україні підпорядковане низці принципів, що мають визначений і стабільний характер. Принципи виховання можна поділити на дві взаємопов'язані групи – методологічні й організаційно-управлінські. Методологічні принципи такі: системність, єдність навчання і виховання, соціально-політичну спрямованість, ідеологічний і політичний плюралізм, національну спрямованість, науковість і світськість, гуманізм. Ці принципи реалізуються у навчальному процесі, навчально-дослідницькій і науково-дослідній роботі, позааудиторний виховній роботі, у побуті вдома і в гуртожитку. В усіх освітніх системах чітко спостерігається єдність і взаємозв'язок навчання і виховання як близьких, але не рівнозначних компонентів вищої освіти. К. Ушинський підкреслював, що виховання відіграє провідну роль як вирішальна педагогічна категорія, а навчання є лише засобом виховання. Тому весь педагогічний процес має бути підпорядкований саме вихованню, бо тільки на його основі формується світогляд особистості, її етичні норми і соціальна позиція (активна або пасивна). Організаційно-управлінські принципи виховання студентів включають централізацію, демократизацію, партнерство педагогів і студентів, плановість і системність, функції кафедр, профілізацію заходів, провідну роль педагогів. Докладна характеристика всіх принципів виховання студентів викладена у монографії колективу авторів під редакцією М. Є. Добрускіна [81]. Нас зацікавила ця робота, оскільки всі міркування побудовані на системному підході й орієнтують на цілісність мислення.

Мислення належить, на думку сучасних дослідників, до особливого типу цілісних систем, які не можуть бути однозначно розкладені на безліч тих чи інших елементів. За понятійним, дискретно організованим мисленням стоїть мислення глибинне, континуальне за своєю природою. І якщо для першого (позачуттєвого і символічного) характерні мовна дискретизація,

осмислення світу в несуперечливих побудовах і просторово-часових категоріях, то континуальне мислення характеризується цілісністю, яка не може бути висловлена засобами мови, а також порушенням звичних просторово-часових уявлень. Зміст такого мислення є практично невимірним. Тому уявлення про «атоми слова», що є необхідне для побудови логічної семантики і створення програми редагування тексту, мови тощо для штучних інтелектуальних систем, мало що пояснює у реальних процесах людського мислення. З погляду психологів, у теорії інтелекту складна діалектика пам'яті і мислення посідає одне з найважливіших місць. Відомий психолог Б. Г. Ананьєв, у книзі „О проблемах современного человекознания” пише, що в структурі інтелекту особливо важливе місце посідають мислення і пам'ять [13]. Їхні характеристики розвиваються асинхронно, та зв'язано і взаємозалежно.

Пам'ять і мислення – основні форми переробки інформації, і в цьому їх загальна природа. Інформація, засвоєна за допомогою розуміння і запам'ятовування, переробляється шляхом свого роду «пресування», здійснюваного пам'яттю, і «фільтрації» за допомогою ціннісно-орієнтованого мислення. На основі цих первинних операцій будується узагальнення першого рівня, який виступає у формі глобального або вибіркового зберігання засвоєного. Саме ця збережена інформація стає об'єктом усе нових і нових логічних дій, головним чином, за допомогою перекодування одиниць інформації та їхніх груп, потім побудови із них нових смислових систем і абстрагування – утворення нових понять. Так будується за допомогою мислення другий рівень узагальнення у вигляді раціональної систематизації знань, який призводить до перебудови механізмів «фільтрації» і «пресування» щойно засвоюваних знань. Нарешті, при достатньому розширенні обсягу інформації та його інтеграційної організації, будується третій рівень узагальнень – концептуальний – формування гіпотез і концепцій, вдосконалення всієї системи логічних зв'язків.

Вивчаючи міжфункціональні зв'язки в структурі інтелекту дорослої людини, Б. Г. Ананьєв особливу увагу приділяє чинникові навчання як постійній розумовій роботі, що визначає високий тонус інтелекту. Загальна і спеціальна освіта для дорослих виконує не лише культурну і технічну функцію, але й допомагає досягненню високої життєздатності й життєстійкості людини. Розвиток інтелекту й особистості, здібність до навчання, постійної самоосвіти дорослої людини – це величезна сила, що протистоїть інволюційним процесам [13].

Низка учених провідну роль у мисленні людини відводять здібності до «глобального бачення», цілісному сприйняттю складних об'єктів, як простих і нерозкладних. Феномен цілісності розумово-абстрактного «схоплювання» об'єктів дозволяє долати обмежені можливості евристик у виборі варіантів задалегідь зафіксованих альтернатив. Людина, як правило, у змозі бачити хід доказу в цілому. Крім того, в онтогенезі складаються психічні структури, що відрізняються такими властивостями, як взаємна скоррельованість систем



операцій, їх цілковита зворотність. Ці структури («гельштальт»), одного разу склавшись, функціонують як єдине ціле. Тому і відповідні їм розумові процеси носять характер простих і далі нерозкладних актів [81].

Формування цілісного мислення у студентів, які пов'язують майбутню професійну діяльність з бізнесом, неможливе без урахування як позитивних, так і негативних чинників впливу на особистість. Тому звертаємо увагу на наступне. На користь різного роду бізнесу практично всі джерела інформації в Україні сьогодні використовують технології ініціації основних інстинктів людини, всіляко поглиблюючи і розширюючи мотивацію споживання. В основному робиться ставка на негативні біологічні інстинкти – жадність, заздрість, злість, жорстокість та ін. Зазначимо, що одне з основних завдань таких технологій – формування саме активної й навіть агресивно-активної особистості. Суспільство поки що слабо протистоїть таким тенденціям, оскільки не має подібного роду досвіду.

Отже, у вищій школі, де в основному закінчується формування особистості людини і виявляється її професійна спрямованість, де готуються керівники і звичайні фахівці для всіх сфер діяльності, необхідно, в першу чергу, здійснити перехід до ноосферної парадигми освіти. Це складно, проте професорсько-викладацький склад вищих навчальних закладів має достатньо професіоналізму, щоб, усвідомлюючи відповідальність за свою соціальну роль, перебудувати навчально-виховний процес у напрямі формування активності студентів на основі цілісного, біоадекватного ноосферного мислення. І цьому є конкретні приклади.

#### **4.3. Використання засобів туризму в ноосферній освіті**

У Законі України «Про туризм» сказано, що держава проголошує туризм одним з пріоритетних напрямів розвитку національної культури і економіки. Згідно із законом основними напрямками державної політики в галузі туризму є такі: залучення громадян до раціонального використання вільного часу, проведення змістовного дозвілля, ознайомлення з історико-культурною спадщиною та природним середовищем, організація оздоровлення населення країни тощо [2]. У Державній програмі розвитку туризму в Україні на 2002–2010 рр. наголошується, що збереження, відновлення і використання етнічного ландшафту, унікальних природних й історико-культурних цінностей як туристичних рекреаційних ресурсів сприятиме збереженню навколишнього середовища, розвитку екологічного і сільського зеленого туризму як одного з пріоритетних напрямів внутрішнього і міжнародного туризму [173]. Досвід розвинених країн Європи свідчить про тісний зв'язок між розвитком сільського зеленого туризму і розв'язанням соціально-культурних, екологічних проблем, зокрема збереження природного потенціалу, культурної та історико-архітектурної спадщини, захисту їх від руйнування тощо. Величезний потенціал туризму у

сфері культури й освіти [114]. Особливо дієвими його засоби є у вихованні особистості.

Найбільш поширеними напрямками наукових досліджень виховного потенціалу туризму є:

- соціально-економічні аспекти туризму, у тому числі вивчення мотивів занять, соціальної й економічної ефективності галузі тощо;
- педагогічні аспекти туризму щодо формування особистості, регламентацію психофізичних навантажень тощо;
- спортивний напрям, присвячений спортивному тренуванню, спортивному вдосконаленню тощо.

Природа – це біологічне середовище існування людини. Вона не лише покращує настрій, відволікає від насущних проблем, відновлюючи психічну рівновагу, але й лікує її. Важливу роль у цьому відіграє краса природи – ландшафт. Він допомагає пізнати і відчувати різноманіття і красу навколишнього світу, надаючи естетичну насолоду і душевний спокій, зміцнюючи психічне і фізичне здоров'я людини.

Основне завдання оздоровчого туризму пов'язане, передусім, зі збільшенням рухової активності, активного відпочинку на природі. Такий відпочинок не обмежується відновленням фізичних сил і нервово-психічної рівноваги. Він також сприяє формуванню ноосферного (інвайроментального) світогляду. Однак питання про можливість використання туризму для формування ноосферного мислення студентів є новим і в літературі практично не обговорюється. Незаперечним є факт, що заняття туризмом є цілісним процесом відновлення здоров'я людини і формуванням її як особистості, що відбувається під впливом спілкування з природою у поєднанні з активною фізичною діяльністю. Цей вид фізкультурно-спортивної та рекреаційно-оздоровчої діяльності відрізняється від інших активним пізнанням людиною навколишньої дійсності, явищ природи, охорони флори і фауни, розширенням комунікативної сфери, вивченням етнокультурних традицій минулого і сьогодення народів і країн різних цивілізацій.

Для певної категорії осіб відпочинок на лоні природи є найбільш ефективним оздоровчим засобом, особливо якщо відбувається у санаторно-курортній зоні і є активним [99]. Для цього на кожній санаторно-курортній базі передбачена мережа фізкультурно-оздоровчих послуг і розроблена система лікарсько-педагогічного контролю. Слід враховувати, що для осіб старшого віку санаторно-курортне оздоровлення краще проводити у звичних для них кліматичних умовах, зокрема у приміських санаторіях.

А. А. Крушельницький і Є. В. Андрєєва [97] вивчали різницю мотивів занять туризмом осіб різного віку і статі. Результати анкетування показують таке: основними мотивами для дітей середнього і старшого шкільного віку є спілкування з друзями (у 66,6 % хлопців і 75,0 % дівчат), походи як засіб самоствердження (у 44,4 % хлопців і 50,0 % дівчат), досягнення спортивних результатів (у 44,4 % хлопців і 37,0 % дівчат). Мотив «любов до природи» в

цьому віці має дещо меншу вагу. Анкетування осіб зрілого віку, що займаються туризмом, показує, що у них основними мотивами занять є спілкування з друзями (для 52,0 % чоловіків і 74,0 % жінок), любов до природи (для 60,0 % чоловіків і 83,3 % жінок), зміна виду діяльності та високий оздоровчий ефект (36,0 % чоловіків і 83,3 % жінок). Більшість опитаних усіх віків (73,0 %) віддають перевагу самодіяльному туризму у зв'язку з його високою оздоровчою ефективністю, нестачею коштів для планового відпочинку по путівках через туристичні агентства, свободу і демократичність.

Найбільш популярними для осіб досліджуваних віків є заняття декількома видами туризму, серед яких перевага віддається гірському (38,6 % осіб 1 зрілого віку, 30,7 % школярів); водному (35,6 % осіб 1 зрілого віку, 30,7 % школярів). Більшість опитаних (73,0 %) у багатоденних походах бувають: особи зрілого віку не частіше одного разу на рік, а школярі – одного разу на півроку; у походах вихідного дня бувають – не частіше двох разів на місяць 41,6 % респондентів. Перевага віддається некатегорійним багатоденним походам (54,8 %) і походам I–III категорії складності (27,7 %). Одноденні походи і походи вихідного дня використовуються багатьма як тренування перед складними. Усупереч рекомендаціям, передпохідними тренуваннями регулярно займається лише 10 % осіб зрілого віку і 46 % школярів, інші – від випадку до випадку. У той же час, така попередня підготовка у 75 % випадків збільшує функціональні можливості організму, покращує акліматизацію в 36 % випадків. Фахівці звертають увагу на значення фізичної підготовки для зменшення ризику травматизму (40,6 %) і підготовки до специфічних навантажень (49,3 %). Після походу переважна більшість (81,3%) туристів суб'єктивно відчуває поліпшення психічного і фізичного стану, а також підвищення фізичної та розумової працездатності. Результати досліджень А. А. Крушельницького і Є. В. Андреєвої [97] підтверджують багаточисельні дані літератури про ефективність використання туризму людьми різних вікових груп з метою рекреації. Через 10 років ми у своїх дослідженнях отримали подібні результати [58].

Соціологічне опитування студентів 1–2 курсів (n = 78) факультету „Менеджмент” інженерно-технічного вишу м. Харкова показало, що серед майбутніх менеджерів з туризму (n = 34) найбільшу групу складають особи, для яких серед основних мотивацій туристських подорожей на 1 місці стоїть пізнавально-культурний інтерес – бажання відвідати пам'ятки архітектури, мистецтва та інші (31,2 %). Далі у порядку зменшування йдуть такі: міжособистісне спілкування, знайомство з новими людьми, розширення комунікативних зв'язків (29,0 %), бажання спілкування з природою, ознайомлення з природними ресурсами (25,8 %), бажання і можливість мати комфортні умови перебування і сервісне обслуговування (17,2 %). Культурно-розважальні заходи у подорожах для студентів є менш значущими (6,9 %), мотивація покращити або відновити здоров'я для молоді

студентського віку не є значущою. Основні мотивації туристичних подорожей у майбутніх фахівців туристської галузі представлені на рис. 4.2.

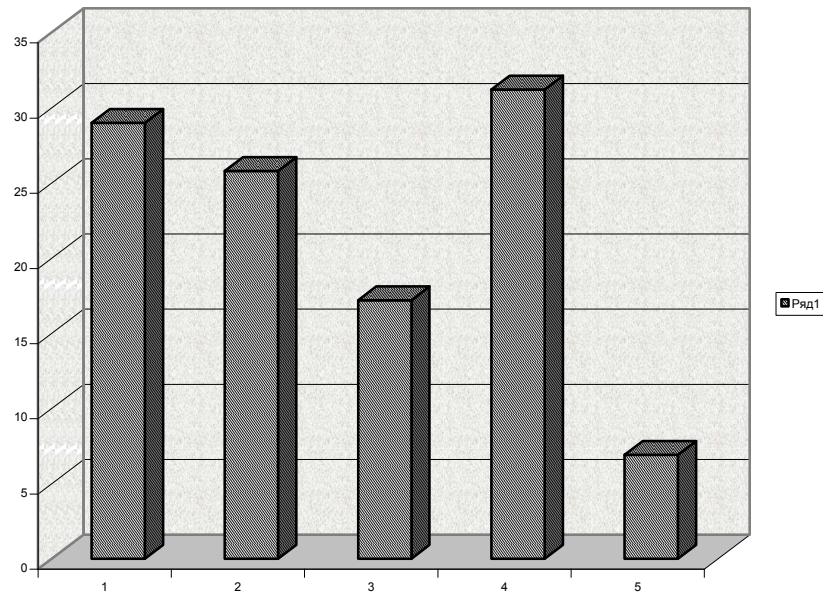


Рис. 4.2 – Основні мотивації (1 місце) туристичних подорожей у майбутніх менеджерів з туризму:

- 1 – міжособистісне спілкування, комунікативні зв'язки (n = 31);
- 2 – інтерес до природи (n = 31);
- 3 – комфортні умови і сервіс (n = 29);
- 4 – пізнавально-культурний інтерес (n = 32);
- 5 – культурно-розважальні заходи (n = 29).

Мотивувати гармонійне, цілісне, екологічно здорове мислення людини можна засобами педагогіки ноосферного розвитку. Ноосферне мислення означає свідомий вибір людини на користь екожиття, усвідомлення себе як частки природи і соціуму, любові до природи і, нарешті, співтворчості людини з природою. Через свою специфіку заняття туризмом мають необмежені можливості впливу на світогляд людини. Розглянемо деякі засоби і методи такого впливу.

Спортивно-оздоровчий туризм ґрунтується найчастіше на принципах самоорганізації. Відповідно до «Правил організації та проведення спортивних походів на території України» спортивні туристичні походи можуть бути організовані та проведені колективами фізичної культури підприємств, установ, загальноосвітніх шкіл і позашкільних установ, оздоровчими туристсько-спортивними таборами, туристськими базами і комплексами, спортивними і туристськими клубами, зокрема шкіл, вишів, туристсько-спортивними спілками, відомчими організаціями, комітетами з фізичної культури і спорту тощо. Керівник походу обирається туристською групою та затверджується організацією, що проводить похід. Він несе відповідальність за підготовку групи до походу і його проведення відповідно

до правил. Керівник комбінованого походу повинен мати відповідний досвід керівництва походами з різних видів туризму, що складають маршрут певного походу [34, 165].

Будь-який туристичний похід планується, організовується і готується. По суті, він розпочинається задовго до виходу групи на маршрут і завершується багато часу після закінчення його активної частини. Ця багатогранна і трудомістка робота включає чотири послідовні етапи: організацію, підготовку, проведення і підбиття підсумків. Це складний комплекс паралельних і послідовних заходів, що забезпечують досягнення поставленої мети і вирішення основних завдань при максимальному оздоровчому ефекті й повній безпеці учасників.

Можливості використання занять туризмом для формування екологічного мислення мандрівників є невичерпні. Як конкретні практичні рекомендації можна взяти за приклад краєзнавчу і суспільно корисну роботу в мандрівці [165]. Ефективність цієї роботи залежить від того, наскільки кожен організатор туристичних подорожей володіє знаннями, уміннями і навичками краєзнавчої роботи, а також від професії, освіти, життєвого досвіду, схильностей і смаків працівників туристичної галузі. У літературі пропонуються такі напрями ведення пізнавальної краєзнавчої роботи:

- спостереження за рельєфом місцевості (пагорби, ділянки долин, яри, улоговини, печери, схили і вершини окремих височин), з'ясування причин походження нерівностей і визначення, від чого залежить їх зовнішній вигляд; в озерних, межирічкових і прибережноморських зонах представляє інтерес походження, глибина і прилеглий до водоймища рельєф місцевості;
- геологічні та мінералогічні спостереження спрямовані на вивчення найважливіших гірських порід і мінералів у певній місцевості, уміння з'ясовувати прості зв'язки між геологічною будовою і рельєфом місцевості;
- спостереження за рослинами і збирання гербаріїв корисні не лише для естетичного виховання туристів, але й для пізнання географічного середовища, взаємозв'язку його з кліматом, характером підстилаючих порід й інших чинників;
- спостереження за тваринами і збирання колекцій (наприклад, комах, молюсків, риб, птахів, ссавців) розширюють кругозір щодо зоологічних багатств регіону. При збиранні колекції (полювання і лов) слід дотримуватися певної технології; процес не повинен супроводжуватися безглуздим винищуванням живих істот (збирання яєць, наколювання на шпильки живих комах тощо);
- археологічні спостереження і знайомство з історією краю найчастіше здійснюється при виявленні археологічних пам'яток або інших знахідок; практично на будь-якому маршруті можуть зустрітися історичні місця, пам'ятники, витвори мистецтва, речі, інструменти тощо;

- спостереження за економічною географією району подорожі полягають у вивченні того, як місцеві жителі використовують природні умови і ресурси району, визначення типу господарства, напряму і спеціалізації сільського господарства, провідних галузей промисловості, транспортної мережі, знайомство з містами, селами, їхньою історією і культурою, побутом населення, знайомство з біографіями видатних людей краю, країни тощо;
- суспільнокорисна робота в умовах подорожей може виконуватися також у таких формах, як надання сільському господарству або заповіднику допомоги, випуск для місцевих жителів і учасників мандрівки фото- і стінгазет, читання лекцій, проведення бесід, змагань, концертів, конкурсів тощо.

Отже, через свою специфіку заняття туризмом мають необмежені можливості впливу на світогляд людини. Використання його засобів і методів дії на особистість дозволяє цілеспрямовано формувати здоров'язошаджувальне мислення і на цій основі вчити людину свідомому вибору на користь екожиття, усвідомленню себе як частки природи і соціуму, любові до природи і, нарешті, співтворчості людини і природи. Фактично це і є ноосферне мислення.

#### **4.4. Особливості формування у студентів індивідуальної картини світу**

Психічна діяльність людини завжди є причинно обумовленою явищами навколишнього світу і внутрішнім станом організму. Через органи чуття людина отримує у вигляді відчуттів найрізноманітнішу інформацію про явища внутрішнього і зовнішнього середовища. Органи чуття – це ті механізми, за допомогою яких інформація про навколишнє середовище надходить у кору головного мозку. За допомогою відчуттів людська свідомість відображає основні зовнішні ознаки предметів і явищ, стан внутрішніх органів [151]. Фізіологічною основою відчуттів є діяльність аналізаторів. Повноцінний розвиток особистості неможливий без відчуттів – джерел наших знань про навколишній світ і про саму людину. Для характеристики особистості велике значення мають:

- зміст світогляду людини;
- ступінь цілісності світогляду і переконань, відсутність або наявність у них суперечностей;
- ступінь усвідомленості людиною свого світогляду.

Світогляд – це розуміння людиною найзагальніших основ і закономірностей природи і громадського життя, пов'язане з усвідомленням нею своїх обов'язків перед суспільством. Світогляд окремої конкретної особи завжди визначається історичною епохою і громадською свідомістю. У суспільстві спочатку змінюються матеріальні умови життя, продуктивні сили і виробничі відносини і лише потім і відповідно до них – суспільні ідеї й теорії [151]. Саме це ми зараз спостерігаємо в Україні.

Сучасній картині світу відповідає конкретний тип людини з певною психофізичною організацією. Про це педагоги, як правило, забувають. Усі педагогічні технології та методики формування мислення учнів зорієнтовані на можливості абстрактної, середньої, «раніше відомої» людини, а не реально існуючої, яка має багато проблем із фізичним і психічним здоров'ям.

У природознавстві під *„картиною світу”* розуміється модель природи, усіх процесів у Всесвіті. Змістом картини світу є основні положення науки про природу, її принципи, закони і закономірності. Вони складають єдність знань про природу. Оскільки знання постійно оновлюються, картина світу теж безперервно уточнюється і розвивається. Цей процес нескінченний, адже картина світу описує рух матерії, який є різноманітним, а матерія – невичерпна [189]. Різні картини світу, що сприймаються середньостатистичною людиною як даність, як те, що існує насправді, об'єктивно і не залежить від людських відносин, складаються історично і поступово розвиваються у колективній свідомості. Поняття „картина світу” досить детально висвітлюється філософами [185]. З ним тісно пов'язане поняття „світогляд”. На відміну від поняття „картина світу”, світогляд указує не на світ сам по собі, а на ставлення людини до світу. У реальному житті об'єктивність картини світу і суб'єктивність світогляду тісно пов'язані, тому картина світу органічно перетворюється у світоглядні уявлення і безпосередньо пов'язана з ними. Картини світу, які відводять людині певне місце у Всесвіті й допомагають їй орієнтуватися у побуті, „виросчуються” у межах повсякденного життя у процесі духовної діяльності людських співтовариств. Повсякденність – це здійснюваний щодня постійний процес буття, життєдіяльності людини. У межах світу буденного з'являються і розквітають усі інші світи: світ мистецтва і науки, фантазії та мрії, світ математики і релігії. Повсякденність – це джерело і вмістилище реальності [134]. Довгий час світ буденний не був предметом розгляду філософії. Зараз світ повсякденності досліджується й описується не лише у філософії, історії, але й в етнографії, соціології, культурі. Нижче представлені деякі дані дослідників.

У дослідженнях етнологів представлені дані, які треба враховувати при пошуку засобів і методів формування світогляду студентів. Кожному народові властиві певні національні психофізіологічні особливості й риси характеру. Вони обумовлені біогенетичними, історичними, клімато-географічними, соціальними причинами. Встановлено, наприклад, що картина світу міських і сільських жителів різна.

Для студентів, які до вступу до вишу проживали в сільській місцевості, місто – це не лише нове середовище буття. Воно, за визначенням Т. В. Дробишевської, є процесом інтелектуального становлення людини, створення особистісного знання, обміну знанням між людьми і синтезу знань. Вектором цього процесу є формування цілісного світогляду індивіда й універсального смислового простору (міжособистісні картини світу) як умови спільної життєдіяльності людей [68].

Вивчаючи ментальність міста і села як об'єкт психосемантичного дослідження, О. Н. Лозова відзначає специфіку регіональної ментальності мешканців міського і сільського середовища із світоглядом [106]. Уявлення про те, що є суттєвим – таким, що цементує етнічну культуру, варіюють у різних соціально-культурних вікових групах. Як правило, чим старше люди і чим менш вони освічені, тим більше значення надається таким елементам етнічної культури, як традиції, обряди, мова, релігія тощо. А чим вищий рівень освіти, тим більше значення надається чинникам культурно-історичного і психологічного порядку як етноінтегруючим [89].

З точки зору сучасної етнології *ментальність* – це відносно цілісна сукупність думок і вірувань, що створюють картину світу і скріплюють єдність культурної традиції суспільства. Н. Ф. Каліна зі співавторами розглядає поняття «менталітет» і «ментальність» з урахуванням психічних механізмів репрезентації досвіду у свідомості людини. Якщо „менталітет” виражає смислову сторону цього процесу, то „ментальність” описує функціонально-динамічні аспекти трансляції зовнішнього образу світу у внутрішню психічну реальність. Традиційний комплекс етнічної культури має неоднакове значення в образі життя різних соціальних і вікових верств населення. Як показують соціологічні дослідження, етнічні відмінності у городян виявляються не стільки у споживаних формах урбанізованої культури, скільки у частоті вжитку цих форм і відповідно в структурі переваги різних видів дозвілля [167].

Упродовж століть український народ створював, удосконалював і передавав нащадкам національні морально-етичні норми і цінності. Головними складовими народної моралі здавна були пошана і любов до вільної праці, затвердження ідеалів добра, краси, гуманних відносин, знання свого родоводу, почуття високої громадянської свідомості тощо [53]. З іншого боку, відомі й негативні національні риси характеру – заздрість, жадібність, лицемірство, хитрість, догоджання, лінощі тощо.

Україна традиційно формувалася як держава переважно з сільськогосподарським устроєм життя. До початку ХХ ст. основну масу населення складали селяни. Навіть зараз, на початку ХХІ ст., міське населення у своїй більшості складається з найбільш активних, сміливих і заповзятливих мешканців сільської місцевості. Тому міська і сільська культури тісно переплітаються, зберігаючи національне коріння і передаючи сільські традиції з покоління у покоління. Саме сільське населення завжди було і залишається головним носієм історичної та фольклорної пам'яті народу. Сільська громада виконує функцію зберігання і передачі традицій. Консерватизм сільського побуту сприяв також збереженню і передачі нащадкам і багатьох негативних пережитків минулого. Поступово посилювалася диференціація української культури за рахунок національних, конфесійних і професійних відмінностей.

Традиційні форми регулювання і самоорганізації сільської громади відобразилися у виробленій нею системі етикету – стереотипах поведінки і



нормах взаємовідносин людей. Ця система формувалася під впливом соціально-психологічних якостей, властивих сільському способу життя, а також традицій, які склалися століттями. Стабільність патріархальних основ сільського побуту значною мірою підтримувалася статеві-віковою структурою громадян, яка мала певну ієрархію.

У традиційному аграрному суспільстві завжди високо цінуються життєвий досвід і мудрість старожилів, тому їх оточують загальною пошаною. На жаль, у міському середовищі ця традиція поступово втрачається. У людях похилого віку немає колишньої необхідності як в носіях інформації. Їх замінили сучасні інформаційні системи.

Поведінкові стереотипи городян формуються під впливом соціально-психологічних рис, властивих міському способу життя, але, з іншого боку, вони відображають етнопсихологічні особливості багатонаціонального міського населення, що принесло в міське середовище відбитки багатовікових національних культурних традицій [167]. Отже, регіональна ментальність мешканців міського і сільського середовища, а значить і студентів, що представляють їх, має свою специфіку, яка відображається при формуванні та соціалізації особистості.

Сільський житель, чий погляд спрямований у небо і землю, сам є плід і продукт землі, на відміну від городян він знає межу людських можливостей [36]. Він має цілісне світосприймання, природу розглядає як годувальницю і береже її, оскільки постійно живе у певному середовищі. Міський житель фактично відірваний від природи, не відчуває себе її часткою. Для нього природа – це місце відпочинку, розваг. Йому немає для чого підтримувати і зберігати чистоту навколишньої території, природного середовища. Адже він знає, що є прибиральниці, двірники й інші особи, до обов'язків яких входить обслуговування його. Це швидко переймають і сільські жителі, що опинилися у місті. Яскравий приклад – поведінка мешканців гуртожитків щодо підтримання гігієни у помешканнях і кімнатах загального користування. Так формується на побутовому рівні споживче ставлення до природного середовища і природи людини.

Студенти вищих навчальних закладів є представниками міських і сільських жителів. Найважче адаптуватися до студентського життя тим, хто приїхав на навчання із сільської місцевості. Адже міське середовище змінює, переінакшує на свій лад механізми мислення, сприйняття, життєві установки й цінності.

Професійна діяльність, що є гранично насиченою у місті, також впливає на світосприймання і світогляд людини. Кожна робота висуває певні вимоги до психофізичних якостей, від яких залежить професійна майстерність, а значить, можливість психологічного, соціального і матеріального самоствердження. У цій сфері життєдіяльності міські та сільські жителі відчувають себе також по-різному. Дуже часто через певний час боротьби за своє місце у соціумі, саме відмінні риси сільського жителя

роблять його переможцем у конкурентному суперництві з городянином – претендентом на ту ж посаду.

З метою встановлення відмінностей щодо професійного відбору майбутніх менеджерів з туризму методом соціологічного опитування були обстежені дівчата-студентки 1–2 курсів ( $n = 78$ ), що відвідують заняття з фізичного виховання в основній навчальній групі, тобто за медичними показниками вони є практично здоровими. Середній вік респондентів 17,7 років. Серед обстежених 34 студентки є майбутніми менеджерами з туризму, 44 обрали інші спеціальності. Серед майбутніх менеджерів з туризму мешканців міста виявилося трохи менше (61,8 %), ніж на інших спеціальностях (63,6 %).

Дівчата, чиє дитинство пройшло у місті і які обрали спеціальності менеджера з туризму, рідше ходили у походи, ніж студентки інших спеціальностей (рис. 4.3). Але серед них у 5 разів більше тих, хто займався спортом і туризмом, майже у 3 рази більше тих, хто подорожував по туристичних путівках, менша частка з них має скарги на здоров'я.

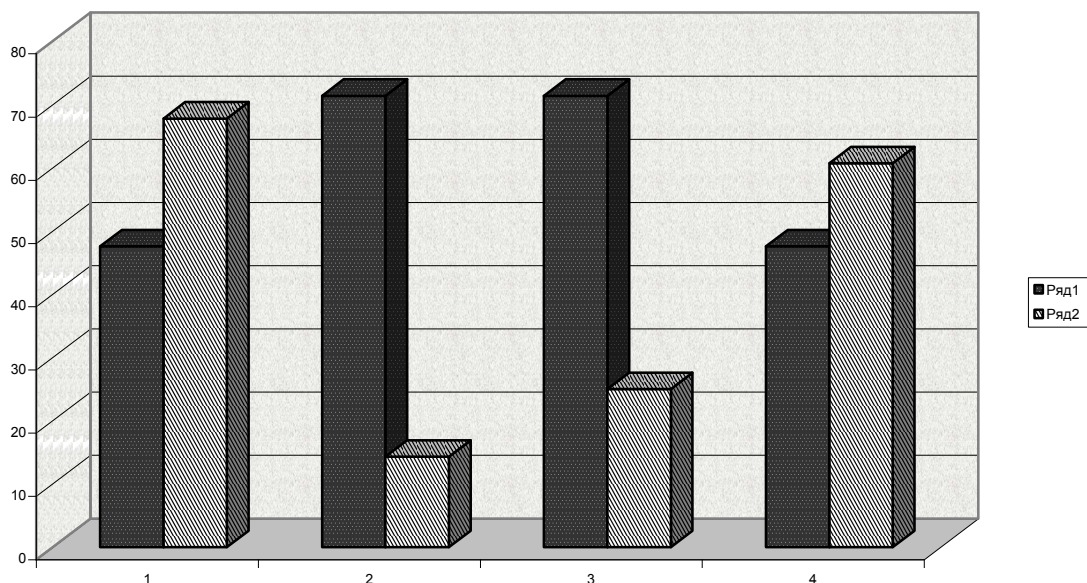


Рис. 4.3 – Фізкультурно-туристські інтереси і скарги на здоров'я мешканців міста:

- 1 – брали участь у походах;
  - 2 – займалися спортом і туризмом;
  - 3 – подорожували по путівках;
  - 4 – мають скарги на здоров'я;
- стовпчик ліворуч (темний) – серед менеджерів з туризму ( $n = 21$ );  
стовпчик праворуч (світлий) – серед інших спеціальностей ( $n = 28$ )

Серед обстеженого контингенту сільської молоді усі дані є протилежними у порівнянні з міськими мешканцями: серед майбутніх менеджерів з туризму у 8 разів менше тих, хто брав участь у походах, у 4 рази менше тих, хто займався спортом і туризмом, трохи менше тих, хто

подорожує по турпутівках, більше осіб зі скаргами на здоров'я у порівнянні зі студентками інших спеціальностей (рис. 4.4).

Отже, серед опитаних студенток навчається більше городян. Вони, у порівнянні з мешканцями села, мають кращі показники фізкультурно-туристських інтересів здоров'я, які є професійно важливими для діяльності у галузі туризму. Це треба враховувати при навчанні за спеціальністю і тим, хто займається професійним відбором претендентів на певні посади у туристичному бізнесі.

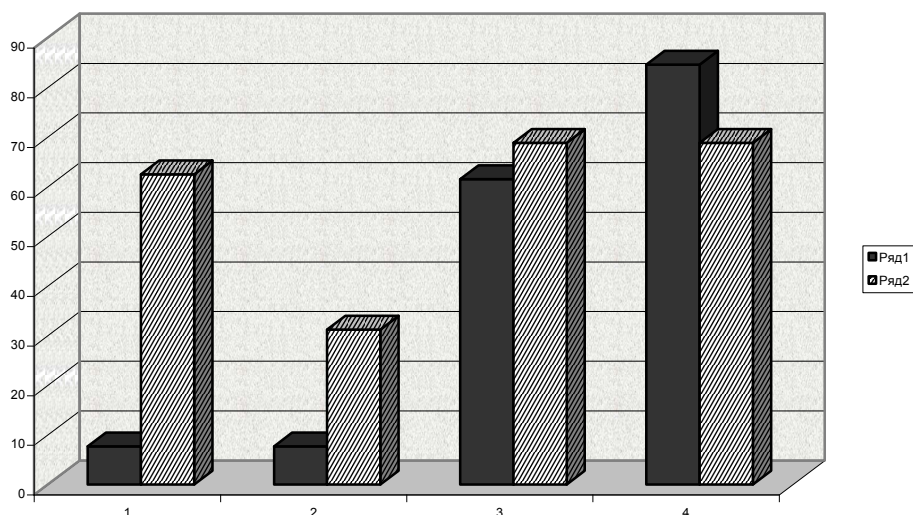


Рис. 4.4 – Фізкультурно-туристські інтереси і скарги на здоров'я мешканців села:

- 1 – брали участь у походах;
- 2 – займалися спортом і туризмом;
- 3 – подорожували по путівках;
- 4 – мають скарги на здоров'я;
- стовпчик ліворуч (темний) – серед менеджерів з туризму (n = 13);
- стовпчик праворуч (світлий) – серед інших спеціальностей (n = 16)

Відомий наш співвітчизник – лікар В. Я. Данилевський – у роботі «Лікар і суспільство. Культура і медицина» (1921 р.) писав наступне: „Постійний шум і суєта міського життя, неспокій від шумів і тривог на транспорті, від частих дзвінків по телефону постійно руйнують людину. Гонитва за новинами і пікантними повідомленнями у газетах; велика кількість занять, обов'язків, постійне напруження, страх; боязкість порушити правила життя, етикету служби; зіткнення інтересів і конкуренція, труднощі добування коштів, взаємне недовір'я, суперечності правди і несправедливості тощо – такі шкідливі сторони життя, що «смикають наші нерви день у день» [45]. Потужні й часті роздратування ззовні підвищують загальну збудливість мозку, підривають душевне здоров'я, викликаючи нервозність, характерну суспільству, починаючи з другої половини XVIII ст. У результаті виникають захворювання нервової системи – невроз, неврастенія тощо. Спостереження

лікарів свідчать про широку поширеність нервово-психічних захворювань або хворобливих розладів не лише серед спроможних класів у містах, але й в інших верствах населення.

В. Я. Данилевський відзначає: чим довше живе цивілізована людина, тим усе більше особистість поглинається суспільством. Інтереси «монобіозу» підкоряються примату «полібіозу», і це відбувається тим сильніше, чим культурнішим, розумово розвиненішим є населення, чим складніші соціальні й економічні умови життєдіяльності. Права окремої особи, її матеріальна і духовна незалежність, свобода дій, інтереси, її особиста ініціатива, сама робота – усе це все більш і більш обмежується і регламентується в ім'я загального блага, яке імперативно диктує кожному ледь не всю програму його життя, поведінки і праці. Відзначимо, що це писалося 90 років тому, коли щільність населення, подразників і проблем була набагато меншою, а темп і інтенсивність життя – значно повільніше, ніж зараз.

У наш час викладачі часто спостерігають у багатьох студентів наявність ознак, властивих людині з порушеннями психічного здоров'я: дезінтегрованість; втрата інтересу, любові по відношенню до близьких людей; пасивна життєва позиція, неадекватність самооцінки; ослаблення аж до втрати самоконтролю або, навпаки, невиправдано гіпертрофований самоконтроль; ослаблення волі. Соціальне неблагополуччя виявляється в неадекватному сприйнятті подій, дезадаптованій поведінці, конфліктності, ворожості, егоцентризмі, що виявляється в жорстокості й безсердечності, прагненні до влади (як самоціль), культі речей тощо [150]. У літературі ця проблема констатується, але глибоко поки ще не досліджується. Можна припустити, що, окрім інформаційного перевантаження і нездорового способу життя, має значення і негативний вплив на особистість урбанізації та сучасної культури.

До найважливіших проблем великих міст належить екологічна небезпека для його мешканців – забрудненість повітря, питна вода й електромагнітні випромінювання різної природи, шум [54]. Опитування студентів, що приїхали навчатися в місто із сільської місцевості, показало, що найважче і довше вони звикають саме до міського шуму. До цього слід додати повсюдне захоплення слуханням музики, яку діти і молодь слухають через навушники скрізь – у дорозі, у транспорті, при спілкуванні один з одним, інколи під час навчальних занять і виконання домашніх завдань тощо. До того ж, як правило, це гучна, ритмічно одноманітна, немелодійна музика в стилі «рок» або «техно». Негативні наслідки для здоров'я вже проявилися в масовому порядку. Так, медичні працівники цьогорічного обстеження призовників виявили в масовому порядку протипоказання для служби в лавах військових сил України з причин порушення слуху, значна кількість хлопців призовного віку мають плоскостопість.

До специфічних чинників, що вельми негативно впливають на особистість міських жителів, є так зване відчуття «публічної самотності». Студенти – у минулому сільські мешканці – звикли до спокійного,

розміреного життя у звичному, соціально однорідному середовищі. Потрапляючи вчитися в мегаполіс, вони розгублюються від величезної кількості міжособистісних контактів. Поступово починають відчувати свою незахищеність, непотрібність величезному міському натовпу. Виявляється, що в малонаселеному селищі ти є соціально значущою, потрібною, певною особистістю, а в місті ти є одна малесенька частинка, клітинка гігантського організму, тебе не бачать, не відчують, не помічають. Багато молодих людей, особливо з великими амбіціями, досить швидко починають знічуватися, розгублюватися, замикатися в собі. У деяких починає розвиватися комплекс психологічної або соціальної неповноцінності. На тлі високих вимог до інтелектуальної сфери, незвичного самотійного побутового життя в гуртожитку, відсутність оперативної підтримки і порад батьків або родичів, усе це призводить до нервово-психічних зривів, порушень і навіть захворювань [26].

Однією з фундаментальних ознак міського способу життя є пошук нової інформації. Зводиться до мінімуму живе спілкування, перевага віддається спеціалізації та диференціації різних видів комунікацій. Велике значення завжди й особливо в період адаптації до іншокультурного міського середовища має інформація про структуру цінностей, норми поведінки, культурно-побутового споживання, що існує в тій або іншій соціальній групі. Одним з найважливіших і легкодоступних джерел інформації такого роду є міжособистісне, головним чином дружнє, товариське спілкування. Необмежені можливості формування комунікативних якостей і механізми формування активної, здорової особистості є у сфері фізичної культури і спорту, туризмі, мистецтві. Адже ці сфери не мають національних кордонів, вони універсальні та зрозумілі всім.

У практичній роботі на заняттях з фізичного виховання й „Управління професійною працездатністю” ми використовуємо методи діагностики, зокрема лікарсько-педагогічного контролю. Це допомагає формувати інтерес до навчання і самовдосконалення. Тестування й обговорення його результатів є дієвим прийомом активізації пізнавального інтересу до усіх складових здоров'я – фізичного, психічного, соціального, їхнім зв'язком між собою і з професійною працездатністю. Це формує цілісність мислення щодо біосоціокультурної сутності людини. Потім пропонуємо вивчити науково обґрунтовані та зрозуміло викладені технології рекреаційної спрямованості з урахуванням можливих професійних захворювань. Заповнення розробленого нами „Паспорту професійного здоров'я” передбачає рекомендації з керування професійною працездатністю.

Одною з обов'язкових залікових вимог з дисципліни «Фізичне виховання» є контрольна робота з діагностики свого фізичного, психічного і соціального здоров'я з виходом на кінцевий результат у вигляді індивідуальної програми рекреації. Найчастіше студенти потребують порад щодо корекції способу життя (руховий режим, харчування, додержання особистих біоритмів сну і неспання), а також вивчення і застосування

методик профілактики нервово-психічних захворювань. У студентів найбільший інтерес викликають засоби кліматопрфілактики, фізичної культури і спорту, туризму, а також участь у художній самодіяльності, технічній творчості тощо.

#### **4.5. Використання *REAL*-методики у професійно-прикладній підготовці студентів**

У сучасному інформаційно-освітньому просторі при масовому використанні комп'ютерних технологій виросло нове покоління дітей і молоді, у яких переважає емоційне, образно-інтуїтивне мислення, зорова й асоціативна пам'ять, а не абстрактно-логічне або понятійне мислення, слухова і зорова пам'ять, як раніше. Тому питання розробки і використання нових методик навчання є вельми актуальним. Про це йдеться й у роботах педагогів-науковців, які розробили, дослідили і впровадили у навчальний процес деяких шкіл біоадекватну *REAL*-методику [14].

Протягом 3-х років ми вивчали питання щодо використання біоадекватної *REAL*-методики навчання у професійно-прикладній підготовці майбутнього інженера. Для вирішення завдань використовувалися методики теоретичного дослідження, педагогічного спостереження, вивчення педагогічного досвіду. Методологічною основою роботи є точка зору, згідно з якою у навчальному процесі пріоритет віддається вихованню, а навчання розглядається як засіб виховання [81]. Ми припустили, що використання біоадекватної методики навчання у вищій професійній освіті сприяє формуванню цілісного, здоров'язоощаджувального мислення студентів.

Автори педагогіки ноосферного розвитку вважають методи з біологічним зворотним зв'язком основними. Біологічний зворотний зв'язок реалізується через створення уявних образів (мислеобразів) навчального матеріалу з подальшим перенесенням їх на папір у вигляді малюнка (образ, схема, таблиця тощо). Це є основною ланкою релаксаційно-активного викладання за *REAL*-методикою. У режимі релаксації учні створюють індивідуальні моделі навчальної інформації, а в режимі активності тренують і закріплюють навички, формують уміння використати нові знання. *REAL*-методику викладання різних шкільних навчальних дисциплін розробила професор Н. В. Маслова з колегами [116]. Мета *REAL*-методики – сприяти формуванню цілісного мислення із застосуванням біологічно адекватних засобів і методів. Виходячи з мети ставляться і вирішуються такі завдання:

1. Сформувати мотивацію до створення навчального мислеобразу (образона) як мікроструктури знання з навчального предмету, закласти його в довготривалу пам'ять учня і навчити користуватися новим мислеобразом.
2. Навчити учнів методиці мислення мислеобразами.
3. Створити особистісно-орієнтовану систему мислеобразів з конкретної навчальної дисципліни.

У *REAL*-методиці етапи релаксації чергуються з етапами активності. На тлі розслаблення відбувається накопичення інформації, працює права півкуля, а при активізації мозку тренуються функції лівої півкулі (функції логіки, аналізу, структуризації інформації). Спокійна атмосфера навчання призводить до поліпшення самопочуття учнів, вони відчують задоволення від процесу навчання. Але це можливо, якщо при застосуванні методичних прийомів суворо додержуватися певної послідовності етапів роботи з інформацією. Це – сприйняття, переробка (осмислення), представлення інформації в слові, архівація.

Уточнімо деякі поняття: *образ* – результат й ідеальна форма віддзеркалення матеріального або ідеального об'єкта або явища у свідомості людини, що виникає в умовах практики і пізнання, на основі й у формі знаків. Образ виникає в мозку, це символ, він є суб'єктивним. *Образон* – це опорний образ, наповнений вичерпною структурованою інформацією в алгоритмічному порядку. Одне з важливих завдань образона – включати усі канали сприйняття, спираючись на особистий досвід учня або архетипи (стійкі фігури несвідомого). С. В. Лещев (1999 р.) наводить відмінності образона від образу:

- голографічний образ створюється мозком людини та є індивідуальною одиницею мислення;
- двовимірний (не голографічний) образон створюється художником, учнем або вчителем як візуальна допомога думці;
- образон робить візуально доступним логічне і структурне поле навчальної інформації;
- образон відіграє роль знака.

Але образ і образон мають також багато спільного: у них відображається розуміння одночасності образу й сенсу навчальної інформації. Це своєрідний метафоричний політ думки, що має на меті її матеріалізацію, пошук істини через вибір аналогії для нової інформації. Згідно з уявленнями В. Вульфа, мислеобрази можуть з'являтися чотирма шляхами:

1. За допомогою п'яти відчуттів: унаслідок сприйняття дійсності, її образи перетворюються у мислеобрази.

2. За допомогою уяви: вона перетворює, відтворює, винаходить нові мислеобрази за своїм бажанням.

3. Генетично: значна частка мислеобразів обумовлена функціями організму (тіла), інстинктами й іншими характеристиками індивідуальності, які людина отримує у спадок.

З інших частотних просторів надходить інформація, яка не уловлюється нашими органами чуття і приладами, яка є доступною лише людям з розширеним діапазоном сприйняття. Цю інформацію неможливо уявити або набути в межах звичного знання і поточного досвіду. Докладніше з тлумаченням характеристик мислеобразів можна ознайомитися в літературі [115, 116].

Наукові дослідження протягом декількох років показали, що використання цієї методики з будь-якими віковими групами осіб дає позитивні результати. Є роботи, в яких представлений досвід вчителів математики, фізики, хімії, географії, історії, біології, літератури, фізичного виховання й інших дисциплін, які успішно застосовували *REAL*-методику у школі й виші [129, 130]. Вони обґрунтували, що усвідомлене, систематичне застосування асоціативних образів у навчальному процесі формує системне асоціативне мислення, тобто природодоцільне мислення. У деяких людей цей тип мислення закладений генетично. Слід ураховувати, що тип лівопівкульного, тобто дискурсивно-логічного мислення, склався історично і запанував у західному суспільстві, починаючи з IV ст. до н. е., він переважає й дотепер [192].

Теоретичний аналіз спеціальної літератури показав, що до ефективних і біологічно адекватних методик формування цілісного мислення, окрім описаної *REAL-методики*, можна зарахувати низку інших методик, відомих давно й адаптованих до сучасної системи навчання. Це в основному методики психофізіологічної саморегуляції. Нижче наведені загальні орієнтири переважної дії деяких ефективних методик. Їх корисно вивчити і хоча б упродовж 1–2 місяців регулярно застосовувати.

Щоб відчувати цілісність системи «людина» доцільно використовувати методики психотілесної релаксації, аутотренінга [147], ідеомоторного тренування за В. І. Євдокимовим (1988 р.) [26], антиципації [163], тілесної терапії [191]. Відчувати єдність ланок системи «людина–суспільство» можна за допомогою методик психотехнічних ігор, сенситивного тренінгу, танцювальної терапії й терапії мистецтвом. Взаємозв'язок у системі «людина–природа» можна відчувати за допомогою методик фізичної рекреації та реабілітації [163]. У східних системах оздоровлення, що мають тисячолітні традиції, до досконалості доведені методики, які допомагають людині повною мірою відчувати свій зв'язок із Всесвітом, наприклад, індійська [17, 159] і даоська йога [190].

На жаль, багато здобутків попередніх поколінь втрачаються з причин нашої безвідповідальності перед нащадками, безтурботності, лінощів і неосвіченості населення щодо питань збереження здоров'я. Сподіваємося, що згадані методики психофізичної саморегуляції, що спрямовані на оптимізацію, відновлення і корекцію здоров'я, поступово знайдуть застосування у навчальному процесі українських шкіл і вишів.

У роботі зі студентами вишу технічного профілю у рамках вибіркової дисципліни «Управління професійною працездатністю» вивчається тема «Професійна майстерність і продуктивність праці» (8 годин на 1 курсі). Одне із завдань уроку – дати студентам цілісне уявлення про чинники, що впливають на кінцевий результат праці та професіоналізм людини. На вступному занятті викладач наводить основні терміни і поняття. Передусім увага студентів звертається на те, що від професійної приналежності залежать загальні психологічні утворення особистості: образ світу, смислові



реальності, ціннісні орієнтації, спрямованість, способи психофізичної саморегуляції та багато що інше. Зазначається, що для успіха у професійній діяльності велике значення мають професійна працездатність і майстерність. Працездатність описує енергетичну сторону резервів людини. Поняття «професійна працездатність» об'єднує у природний комплекс функціональний стан організму, його зміни під час того чи іншого виду діяльності, фізіологічну і психологічну ціну цієї діяльності, ефективність професійної діяльності і, отже, психічне, фізичне і соціальне благополуччя. Професійна майстерність – це виконавське мистецтво, потенційна спроможність точно виконати трудове завдання. Складовими професійної майстерності є професійна придатність, кваліфікація (професійна освіта), творчий потенціал, трудова активність, продуктивність праці, якість продукції, фізіологічна вартість роботи, професійна культура, етика, моральність [150]. Професійна майстерність у процесі навчання постійно зростає лише у тому випадку, якщо враховуються психофізіологічні закономірності діяльності спеціаліста.

Приблизний план типового уроку, тема якого «Професійна майстерність і продуктивність праці», наведений нижче:

1. Дискусійна хвилинка – питання до обговорення (Чи кожна людина може керувати? Чим може керувати кожна людина?).

2. Пояснення навчального матеріалу.

3. Обговорення нової інформації.

4. Зарисовка образу явища, що вивчається, згідно з темою заняття.

5. Структуризація нової інформації у вигляді схеми і нанесення її на образ.

6. Колективне обговорення схеми-образу (образону). Виконання практичних вправ.

7. Домашнє завдання.

Згідно з вимогами *REAL*-методики в ході навчального заняття чергується активний і релаксаційний етапи сприйняття і засвоєння навчальної інформації [14]. Активний етап включає такі види робіт:

- дискусія з проблематики питань, що вивчаються;
- обмін особистим досвідом студентів про сприйняття смислового значення питань, що вивчаються;

- усне і письмове опитування за матеріалом, що вивчається;

- виступи з доповідями, повідомленнями;

- ділові, рольові ігри.

На етапі релаксації виконуються такі види робіт:

- прослуховування і візуалізація навчального тексту, що пояснює матеріал;

- прослуховування музичних композицій для позитивного психоемоційного настрою;

- проектування віртуальних моделей інформації із залученням до роботи проектної функції головного мозку;
- малювання образу-схеми – віртуальної моделі інформації, що вивчається;
- створення комфортної зони мислення учасників освітнього процесу.

Обов'язковою умовою біоадекватного уроку є залучення до викладання навчальної інформації сенсорно-моторного і символічного етапів роботи з інформацією. Ефективність застосування цієї методики на уроці значно залежить від низки чинників, зокрема, від мотивації студентів, забезпечення комфортного стану їх нервової системи, наявності взаємної довіри і наявності зони комфорту у групі. Виявилося, що дуже складно націлити студентів на творчий пошук ключового мислеобразу. Як приклад, нижче представлено опис схеми-образу професійної майстерності фахівця, розробленої Т. В. Бондаренко за участю студентів (рис. 4.5) [26].

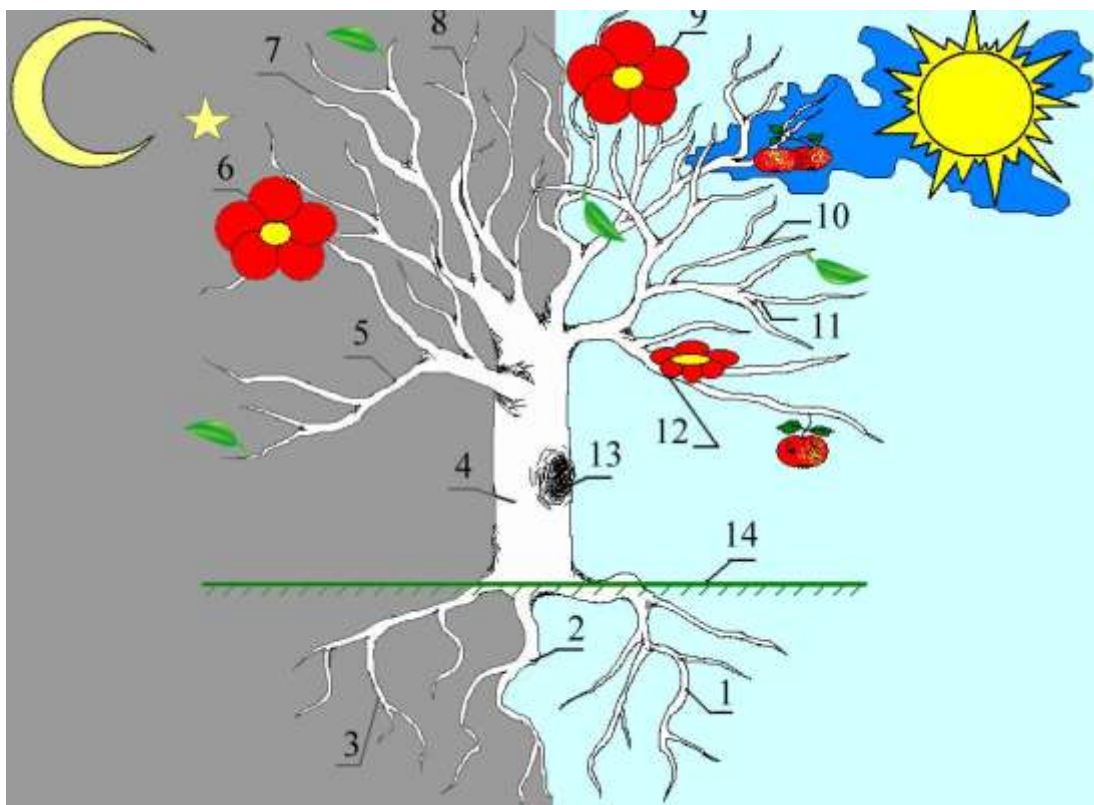


Рис. 4.5 – Схема-образ «Професійна майстерність фахівця»:

- 1 – психічне здоров'я, 2 – фізичне здоров'я, 3 – соціальне здоров'я,
- 4 – професійна працездатність, 5 – кваліфікація, 6 – продуктивність праці,
- 7 – професійна придатність, 8 – якість продукції, 9 – творчий потенціал,
- 10 – трудова активність, 11 – професійна етика,
- 12 – фізіологічна вартість роботи,
- 13 – шкідливі звички, 14 – професійне здоров'я

Основне завдання, яке ставилося виходячи із здоров'язоощаджувальної мети дисципліни, – показати першочергове значення здоров'я для життєдіяльності взагалі і отримання високих результатів професійної діяльності зокрема.

На схемі (див. рис. 4.5) дерево – це особистість фахівця. Основа дерева (тобто успішність реалізації людини в житті) – єдина коренева система (тобто здоров'я людини), яка представлена трьома гіллястими паростками (тобто фізичне, психічне, соціальне здоров'я). Стан кореневої системи (тобто здоров'я) обумовлює життєздатність дерева (тобто людини).

Життєдіяльність і здоров'я людини (дерева) залежать від ґрунту, багатьох ендогенних і екзогенних чинників, зокрема від природних сил (хмара), добових й інших біологічних ритмів (сонце–місяць). Для живлення і зміцнення дерева необхідний родючий ґрунт (тобто професійне здоров'я). Від стану і складу ґрунту залежить якість і швидкість росту усього дерева (висота, обсяг крони тощо), його спроможність квітнути і плодоносити (квіти, яблука). Якість і зовнішній вигляд стовбура (тобто професійна працездатність) є основним показником успішності росту (тобто професійної діяльності). Ушкодження стовбура (тобто шкідливі звички) значно обмежує гармонійність росту і впливає на життєздатність усього дерева (тобто людини) в цілому.

Професійна майстерність – це крона дерева, яка може бути більш-менш обширною, гіллястою. Як відомо, існує тісний зв'язок: проекція крони (тобто професійна майстерність) і кореневої системи (тобто здоров'я) на поверхню землі по діаметру є приблизно однакові. Крона складається із сукупності гілок (тобто складові професійної майстерності: кваліфікація, професійна придатність, якість продукції, трудова активність, професійна етика та ін.), на яких, як показник якості життя, розпускаються або не розпускаються красиві квіти (тобто продуктивність праці, творчий потенціал). Якщо технологія догляду (тобто організація праці) за деревом (тобто людиною) порушує фізіологічні закони життєдіяльності, квіти можуть бути неповноцінними, ураженими (тобто результати праці мають певну фізіологічну вартість), а плоди (тобто результат роботи в грошовому або іншому вимірі) – червивими, ушкодженими або взагалі не з'являться.

При апробації *REAL*-методики у роботі зі студентами 1 курсу факультету «Економіка і підприємництво» був отриманий позитивний результат за декількома напрямками. Зокрема, отримали значний виховний ефект, оскільки здійснюється не формальне запам'ятовування навчального матеріалу, а індивідуальний творчий пошук кожним студентом, а це виховує працьовитість, самоорганізованість, ініціативність, потребу у свободі вибору. У порівнянні з традиційною, ефективність цієї методики є вищою за рахунок скорочення витрат часу на етапи засвоєння інформації. Результати педагогічного дослідження будуть використані як основа для подальшого розширення сфери застосування *REAL*-методики у роботі зі студентами.

## **Розділ 5**

### **МІЖДИСЦИПЛІНАРНИЙ ПІДХІД ДО ПІДГОТОВКИ МЕНЕДЖЕРА З ТУРИЗМУ**

Сфера менеджменту і соціально-культурного сервісу в галузі туризму складна і багатогранна. Тому індустрія туризму вимагає наявності висококваліфікованих кадрів і серйозної професійної підготовки. Особливо це актуально на сучасному етапі розвитку туризму.

Туризм поступово стає не лише сферою практичної реалізації подорожей, але й особливою галуззю знання, тобто сферою теоретичної діяльності. Останнім часом можна говорити про становлення науки про туризм. Її називають по різному: «турологія», «турографія», «туристика», «туризмознавство» тощо. Та суть не в назві. Вже сам факт, що вчені ведуть дискусії із цього приводу, свідчить про те, що, по-перше, необхідність науки про туризм усвідомлюється усіма фахівцями; по-друге, до формування цієї науки вчені підходять комплексно. Поряд із традиційним розумінням туризму як сфери економіки туризм може розглядатися як соціокультурний феномен, як сфера культури і людської діяльності [82].

#### **5.1. Законодавство України про туризм**

Законодавство України про туризм складається з Конституції України, Закону України „Про туризм”, інших нормативно-правових актів, виданих відповідно до них. Закон України „Про туризм” 2003 року (N 1282-IV) визначає загальні правові, організаційні та соціально-економічні засади реалізації державної політики України в галузі туризму [2]. Він спрямований на забезпечення закріплених Конституцією України прав громадян на відпочинок, свободу пересування, охорону здоров'я, на безпечне для життя і здоров'я довкілля, задоволення духовних потреб та інших прав при здійсненні туристичних подорожей. У Законі дані визначення: туризм – тимчасовий виїзд особи з місця постійного проживання в оздоровчих, пізнавальних, професійно-ділових чи інших цілях без здійснення оплачуваної діяльності в місці перебування. Туристичний продукт – попередньо розроблений комплекс туристичних послуг, який поєднує не менше ніж дві такі послуги, що реалізується або пропонується для реалізації за визначеною ціною, до складу якого входять послуги перевезення, послуги розміщення та інші туристичні послуги, не пов'язані з перевезенням і розміщенням (послуги з організації відвідувань об'єктів культури, відпочинку та розваг, реалізації сувенірної продукції тощо). Турист – особа, яка здійснює подорож Україною або до іншої країни з незабороненою законом країни перебування метою на термін від 24 годин до одного року без здійснення будь-якої оплачуваної діяльності та із зобов'язанням залишити країну або місце перебування в зазначений термін. Отже, поняття „туризм” і „туристичний продукт” не є тотожними.

Працівникам туристичного бізнесу треба пам'ятати, що на першому місці у Законі стоїть оздоровча, на другому – пізнавальна ціль туризму. Отже, не можна підміняти їх прагненням до прибутку будь-яким шляхом. Адже якщо виходити з державницьких інтересів, бізнесові цілі є супутніми головних – оздоровчих.

Організаційними формами туризму є міжнародний і внутрішній туризм. До міжнародного туризму належать: в'їзний туризм – подорожі в межах України осіб, які постійно не проживають на її території, та виїзний туризм – подорожі громадян України та осіб, які постійно проживають на території України, до іншої країни. Внутрішнім туризмом є подорожі в межах території України громадян України та осіб, які постійно проживають на її території. Залежно від категорій осіб, які здійснюють туристичні подорожі (поїздки, відвідування), їхніх цілей, об'єктів, що використовуються або відвідуються, чи інших ознак існують такі види туризму: дитячий, молодіжний, сімейний, для осіб похилого віку, для інвалідів, культурно-пізнавальний, лікувально-оздоровчий, спортивний, релігійний, екологічний (зелений), сільський, підводний, гірський, пригодницький, мисливський, автомобільний, самодіяльний тощо.

Особливості здійснення окремих видів туризму встановлюються законом. Туристичну діяльність здійснюють і забезпечують суб'єкти туристичної діяльності – туристичні оператори, туристичні агенти, інші суб'єкти підприємницької діяльності, що надають послуги з тимчасового розміщення (проживання), харчування, екскурсійних, розважальних та інших туристичних послуг, гіді-перекладачі, екскурсоводи, спортивні інструктори, провідники й інші фахівці туристичного супроводу, фізичні особи, які не є суб'єктами підприємницької діяльності та надають послуги з тимчасового розміщення, харчування тощо.

До основних пріоритетних напрямів державної політики в галузі туризму, зокрема, зараховують такі:

- забезпечення становлення туризму як високорентабельної галузі економіки України, заохочення національних та іноземних інвестицій у розвиток індустрії туризму, створення нових робочих місць;
- розвиток в'їзного та внутрішнього туризму, сільського, екологічного (зеленого) туризму;
- розширення міжнародного співробітництва, утвердження України на світовому туристичному ринку;
- створення сприятливих для розвитку туризму умов шляхом спрощення та гармонізації податкового, валютного, митного, прикордонного та інших видів регулювання;
- забезпечення доступності туризму й екскурсійних відвідувань для дітей, молоді, людей похилого віку, інвалідів та малозабезпечених громадян шляхом запровадження пільг стосовно цих категорій осіб.

Програми розвитку туризму становлять комплекс взаємопов'язаних правових, економічних та організаційних заходів, спрямованих на реалізацію конституційних прав громадян, розвиток туристичної галузі.

Відповідно до Закону органи державної влади та органи місцевого самоврядування, їх посадові особи в межах своїх повноважень мають вживати заходи безпеки, спрямовані, по-перше, на забезпечення закріплених Конституцією України прав громадян на безпечне для життя і здоров'я довкілля при здійсненні туристичних подорожей, захист громадян України за її межами, забезпечення особистої безпеки туристів, незавдання шкоди довкіллю тощо.

При навчанні фахівців з туризму не можна оминати зобов'язання, які на них покладені Законом. Зокрема він передбачає, що з метою забезпечення безпеки туристів суб'єкти туристичної діяльності, здійснюючи відповідний вид діяльності, зобов'язані:

- інформувати туристів про можливі небезпеки під час подорожі;
- створювати безпечні умови в місцях надання туристичних послуг, забезпечувати належне облаштування трас походів, прогулянок, екскурсій тощо;
- забезпечувати спеціальні вимоги безпеки під час надання туристичних послуг з підвищеним ризиком (автомобільний, гірський, лижний, велосипедний, водний, мотоциклетний, пішохідний туризм, спелеотуризм тощо);
- забезпечувати туристів кваліфікованими фахівцями туристичного супроводу, спеціальним спорядженням та інвентарем;
- забезпечувати навчання туристів засобам профілактики і захисту від травм, попередження нещасних випадків та надання першої медичної допомоги.

Особи, які організовують експлуатацію туристичних ресурсів, зобов'язані забезпечувати виконання вимог щодо охорони довкілля та охорони культурної спадщини, а також вживати заходів щодо забезпечення мінімізації або припинення шкідливого впливу на довкілля і соціально-культурне середовище та компенсувати завдані їм при цьому збитки.

Отже, до укладення договору на туристичне обслуговування споживачеві туристичного продукту має бути надана інформація про медичні застереження стосовно здійснення туристичної поїздки, у тому числі протипоказання через певні захворювання, особливості фізичного стану (фізичні недоліки) і віку туристів для участі в поїздки. А для цього потрібні спеціальні знання.

Як не дивно, але у статті 33 „Відшкодування шкоди, завданої порушенням законодавства у галузі туристичної діяльності” не передбачається відповідальність суб'єкта туристичної діяльності за нанесення шкоди здоров'ю споживача через ненадання, несвоєчасне надання туристові інформації щодо безпеки для здоров'я обраного виду туризму й обраного регіону з урахуванням показань і протипоказань.

Таким чином, аналіз Закону України „Про туризм” показав, що він у цілому віддзеркалює здоров’язоошаджувальну політику держави відносно своїх громадян. Суб’єктам туристичної діяльності треба лише дотримуватися закладених у документі вимог.

Протягом двох останніх років у нашій державі відбуваються позитивні зрушення для того, щоб туристична галузь стала однією із провідних галузей економіки України. Цьому сприяють Державні документи з розвитку туризму, зокрема низка Указів Президента, Постанови Кабінету Міністрів України, які передбачають створення організаційно-правових та економічних засад становлення туризму як високорентабельної галузі економіки, важливого засобу культурного і духовного виховання громадян України, відтворення їхнього трудового потенціалу [136]. У той же час є численні проблеми, зокрема соціально-культурного характеру (необхідність підвищення рівня комфорту і розширення можливостей для розваг), обмежений асортимент туристичних послуг і багато інших [77]. Сподіваємося, що в найближчі роки вже дасть результат розгорнута у багатьох вищих навчальних закладах України підготовка високопрофесійних фахівців у галузі туризму.

## **5.2. Туризм як індустрія та форма міжнародної діяльності**

Як галузь господарства туризм є предметом дослідження в економічних і управлінських науках, а також у маркетингу. Туризм як соціальна сфера розглядається в політології, юриспруденції, соціології, соціальній географії та інших науках. Ураховуючи те, що туризм є частиною побутової культури населення, повно і глибоко його вивчити можна лише за допомогою дисциплін гуманітарного профілю. Туризм як сфера культури і людської діяльності привертає увагу учених – представників різних наукових напрямів – антропологічного, культурологічного, психологічного і медичного. До речі, до культурологічного напрямку належить галузь фізичної культури і спорту. Туризм також служить предметом вивчення в екології, історії, регіоноведення, а також теорії та практики міжкультурних комунікацій. Цей обширний комплекс науки про туризм покладений в основу системи підготовки майбутніх фахівців з менеджменту, соціального сервісу і туризму [82]. Відокремившись від сфери діяльності, з якої фактично походить – з фізичного виховання і спорту – туризм, на жаль, починає втрачати своє призначення як засіб оздоровлення населення. На це є об’єктивні обставини, адже спортсмени-туристи найчастіше зосереджуються на технічній стороні цього виду спорту і зазвичай не мають достатніх економічних знань, умінь і навичок для організації та забезпечення прибутковості галузі. З іншого боку, підприємці та бізнесмени з туризму іноді навіть не мають уявлення про сутність і оздоровчі можливості цього виду рухової активності, а іноді й не хочуть про це дізнаватись, оскільки цікавляться лише грішми. У зв’язку з цим завдання цього розділу полягає в

тому, щоб довести необхідність міждисциплінарного підходу до галузі туризму в цілому і до підготовки менеджерів з туризму зокрема.

Туристична галузь є важливим засобом стабільного й динамічного збільшення надходжень до бюджету, істотного позитивного впливу на стан справ у багатьох галузях економіки. У 83 % країн туризм входить до п'ятірки провідних статей експорту, а у 38 % країн туризм є головним джерелом надходження іноземної валюти. Розвиток туристичної галузі має виключно важливе значення і для України, ураховуючи багаті рекреаційні ресурси, історико-архітектурні пам'ятки і природні ландшафти. Розбудова туристичної галузі, яка дедалі більше інтегрується у світову туристичну індустрію, є одним із ключових напрямів структурної перебудови економіки. Пріоритетність розвитку в'їзного, внутрішнього та сільського зеленого туризму позитивно позначається на підвищенні якості життя в Україні, створення додаткових робочих місць, поповненні валютних запасів держави, підвищенні її авторитету на міжнародній арені.

Значення туризму у світі постійно зростає, що пов'язано зі зрослим впливом туризму, який збільшується, на економіку окремої країни. В економіці окремої країни міжнародний туризм виконує низку важливих функцій:

1. Міжнародний туризм є джерелом валютних надходжень для країни і засіб для забезпечення зайнятості.
2. Міжнародний туризм розширює внески у платіжний баланс і ВВП країни.
3. Міжнародний туризм сприяє диверсифікованості економіки, створюючи галузі, що обслуговують сфери туризму.
4. Зі зростанням зайнятості у сфері туризму збільшуються доходи населення і підвищується рівень добробуту нації.
5. Розвиток міжнародного туризму призводить до розвитку економічної інфраструктури країни і світових процесів. У такий спосіб міжнародний туризм варто розглядати у співвідношенні з економічними відносинами окремих країн.



Міжнародний туризм входить у число трьох найбільших галузей, поступаючись нафтовидобувній промисловості й автомобілебудуванню, питома вага яких у світовому експорті – 11 % і 8,6 % відповідно. Ще у 1991 р. сумарний дохід країн світу від міжнародного туризму складав 7 % від загального обсягу світового експорту і 3 % від світового експорту послуг.

Значення туризму як джерела валютних надходжень, забезпечення зайнятості населення, розширення міжособистісних контактів постійно зростає. Розвиток міжнародного



туризму викликає й деякі негативні наслідки, наприклад, інфляцію, знищення навколишнього середовища, порушення традицій місцевого населення тощо.



Міжнародний туризм у світі розвинений вкрай нерівномірно. Це пов'язано, передусім, з різним рівнем соціально-економічного розвитку країн і регіонів. Найбільш розвинений він у західноєвропейських країнах. На долю цього регіону припадає понад 70 % світового туристичного ринку і близько 60 % валютних надходжень. Приблизно 20 % припадає на Америку, менше 10 % – на Азію,

Африку й Австралію разом узяті. Всесвітня організація туризму (ВОТ) у своїй класифікації виділяє країни, що є основними постачальниками туристів (США, Бельгія, Данія, Німеччина, Голландія, Нова Зеландія, Швеція, Канада, Англія) і країни, що в основному приймають туристів (Австралія, Греція, Кіпр, Італія, Іспанія, Мексика, Туреччина, Португалія, Франція, Швейцарія).

Подібний розвиток міжнародних туристичних зв'язків призвів до створення численних міжнародних організацій, що сприяють поліпшенню роботи цієї сфери світової торгівлі. До них входять спеціалізовані установи системи Організації Об'єднаних Націй (ООН) – організації, де питання розвитку міжнародного туризму обговорюються епізодично і не є головними в сфері діяльності; неурядові спеціалізовані, міжнародні комерційні, національні і регіональні організації з туризму. Відповідно до Статуту ВОТ цілями її діяльності є використання туризму як засобу економічного розвитку і міжнародного взаєморозуміння для забезпечення миру, добробуту, поваги і дотримання прав людини незалежно від раси, статі, мови і релігії, а також дотримання інтересів країн, що розвиваються.

Операції з міжнародного туризму являють собою вид діяльності, спрямованої на надання різного виду туристичних послуг і товарів туристичного попиту з метою сприяння задоволенню широкого кола культурних і духовних потреб іноземного туриста. Іноземними туристами є особи, які виїжджають за кордон і не займаються там оплачуваною діяльністю [200].

До факторів, що викликали бурхливий розвиток туризму в останні роки, можна зарахувати такі: зростання суспільного багатства і доходів населення, скорочення робочого часу і збільшення вільного часу, розширення використання транспорту для туристичних поїздок (авіаційного, автомобільного та ін.), розвиток засобів комунікації та інформаційних технологій, істотні зрушення у структурі духовних цінностей та ін. Одною з характерних рис сучасного туризму є його масовість. Масового характеру туризм набув у післявоєнні роки. Із предмета розкоші він перетворився у

потребу для більшості населення багатьох країн світу. Масовий попит на туристичні послуги породив масове туристичне виробництво. Формується міцна туристична індустрія зі своїми індивідами, своїм продуктом, виробничим циклом, методами організації й управління виробництвом.

Під туристичною індустрією розуміють сукупність виробничих, транспортних і торгових підприємств, що виробляють і реалізують туристичні послуги і товари туристичного попиту. Сюди належать готелі й інші засоби розміщення туристів, транспорт, підприємства громадського харчування, підприємства, що випускають сувеніри й інші товари туристичного попиту.

Міжнародний туризм сьогодні істотно впливає на розвиток світогосподарських зв'язків, економіку окремих країн. Розвиток туризму, збільшення обсягу туристичних послуг збільшує кількість робочих місць. За оцінками спеціалістів, на сьогодні в туристичній індустрії працює більше 100 млн осіб. Кожне 16-те робоче місце у світі припадає на туризм, а у 2005 р. кожна 8-ма працездатна людина у світі зайнята у цьому секторі.

Міжнародний туризм є активним джерелом надходжень іноземної валюти. Наприклад, велика частка доходів від міжнародного туризму в загальній сумі надходжень від експорту товарів і послуг складає: в Іспанії – 35 %, Австралії та Греції – по 36 %, Швейцарії – 12, Італії – 11, Португалії – 21 і на Кіпрі – 52 %. У більшості країн, що розвиваються, на долю іноземного туризму припадає 10–15 % доходів від експорту товарів і послуг. Проте в деяких країнах цей показник значно вище, наприклад, в Колумбії він складає 20 %, Ямайці – 30, Панамі – 55, на Гаїті – 73 %. Туристичний бізнес стимулює розвиток інших галузей господарства: будівництва, торгівлі, сільського господарства, виробництво товарів народного споживання тощо. Крім впливу на економіку багатьох країн, міжнародний туризм впливає на їхню соціальну і культурну сферу, екологію, а вони – на туризм і туристів.

Закон України „Про туризм” визначає туристичні послуги як послуги суб'єктів туристичної діяльності з розміщення, харчування, транспортного, інформаційно-рекламного обслуговування, а також послуги закладів культури, спорту, побуту, відпочинку і т. п., спрямовані на задоволення потреб туристів. Туристу можуть бути надані або певні види послуг, або повний комплекс послуг. Останній надається шляхом продажу так званих інклюзив-турів і пекідж-турів. Інклюзив-тури найчастіше використовуються при авіаційних перевезеннях. Вартість перевезення до місця призначення і назад у цьому випадку визначається на основі спеціально розроблених інклюзив-тарифів, які інколи нижче звичайних. Вони включають також вартість розміщення туристів у готелі, харчування й інші послуги. Інклюзив-тури використовуються як при групових, так і при індивідуальних поїздках. Пекідж-тур також передбачає надання клієнту повного комплексу послуг, проте в нього можуть не входити транспортні послуги. Принципових відмінностей між цими видами комплексних послуг немає. Інклюзив-тур більш поширений у західних країнах, пекідж-тур – у США. Структура цих

турів залежить від конкретної країни, складу туристів, їх купівельної спроможності, від характеру послуг, їх асортименту і якості.

На думку різних аналітиків, в основі розвитку міжнародного туризму лежать такі фактори:

- економічне зростання і соціальний прогрес призвели до розширення обсягу ділових поїздок і поїздок із пізнавальними цілями;
- удосконалювання всіх видів транспорту здешевило поїздки;
- збільшення числа найманих робітників і службовців у розвинених країнах і підвищення їхнього матеріального і культурного рівня;
- інтенсифікація праці й одержання працюючими більш тривалих відпусток;
- розвиток міждержавних зв'язків і культурних обмінів між країнами призвело до розширення міжособистісних зв'язків між і всередині регіонів;
- розвиток сфери послуг стимулювало розвиток сфери перевезень і технологічний прогрес у сфері телекомунікацій;
- послаблення обмежень на вивіз валюти в багатьох країнах і спрощення прикордонних формальностей.

У багатьох державах світу туризм розвивається як система, що надає



всі можливості для ознайомлення з історією, культурою, звичаями, духовними і релігійними цінностями певної країни та її народу, і дає дохід у скарбницю. Не говорячи вже про те, що ця система “годує” дуже багато фізичних і юридичних осіб, так чи інакше пов'язаних з наданням туристичних послуг. Крім значної статті доходу туризм є ще й одним з могутніх факторів посилення престижу країни, збільшення її

значення в очах світового суспільства і рядових громадян [198].

Туристична діяльність у розвинених країнах є важливим джерелом підвищення добробуту держави. У 1995 р. США від реалізації туристичних послуг іноземним громадянам одержали 58 млрд, Франція й Італія – по 27 млрд, Іспанія – 25 млрд доларів.

В Україні туристичний бізнес розвивається з переважною орієнтацією на виїзд. Більшість туристичних фірм воліють займатися відправленням своїх співвітчизників за кордон і лише невелика їхня частина працює на залучення гостей в Україну – тобто усе робиться так, що капітал від туристичного бізнесу спливає за кордон.

В останні 20 років середньорічні темпи зростання числа прибуттів іноземних туристів у світі склали 5,1 %, валютних надходжень – 14 %. Згідно з даними всесвітньої туристичної організації у 1995 році у світі було

zareєстровано 576 мільйонів подорожей туристів, надходження від міжнародного туризму досягло 372 мільярда доларів (без обліку надходжень від міжнародного транспорту). У цілому обсяги валютних надходжень від туризму за період з 1950 по 1995 рік зросли у 144 рази. За прогнозами експертів, бурхливий розвиток міжнародного туризму буде продовжуватися і далі. За різними підрахунками, ця галузь стає провідною експортною галуззю у світі.

З розвитком масового організованого туризму і переходом його на нову основу, що спирається на розвинену туристичну індустрію та сучасні засоби транспорту, відбулися деякі зміни у формах організації міжнародного туризму.

1. Істотно зросла кількість роздрібних фірм, що пропонують туристичні послуги турагентів і позбавлених найчастіше юридичної та господарської незалежності.

2. Змінився характер діяльності туристичних оптових фірм, що перетворилися в туроператорів, які пропонують повний комплекс послуг у вигляді інклюзив-турів.

3. З'явилися великі корпорації, засновані на капіталі транспортних, торгових, страхових компаній і банків, що здійснюють операції з надання туристичних послуг клієнтам.

Усі вищезгадані категорії фірм відрізняються одна від одної за функціями і характером діяльності.

Статистика Всесвітньої туристичної організації свідчить про зміну пріоритетів і вподобань у міжнародних туристських напрямках. Європа надійно утримує лідируючу позицію серед усіх регіонів світу як за показником прибуття міжнародних туристів (56,9 % світового туристичного потоку), так і за доходами від міжнародного туризму (50,7 % світових доходів) [197]. Однак, європейський ринок характеризується неоднорідністю з точки зору привабливості окремих країн для міжнародних туристів. За чисельністю прийнятих туристів Франція впевнено посідає не тільки першість на континенті, але й у світі в цілому (понад 77 млн осіб у 2002 р.). До першої десятки світових лідерів також входять Іспанія, Італія, Велика Британія, Німеччина. Але найбільші темпи зростання чисельності туристів і доходів демонструють країни, для яких туризм є відносно новою сферою економічної діяльності та які активно розбудовують туристичну інфраструктуру – Туреччина, Хорватія, Росія тощо. До лідерів зростання належить і Україна. Особливо значними у нас були показники у 2001 р. – 31,4 % приросту чисельності міжнародних туристів та 23,5 % приросту доходів [93].

Отже, незважаючи на високі темпи зростання показників міжнародного туризму і наявний туристсько-рекреаційний потенціал, наша країна ще не посідає гідного місця серед європейських лідерів туристського ринку, а отже, має значні резерви для зростання. Велике значення у цьому напрямку мають напрацювання спеціалістів з менеджменту і маркетингу.

### **5.3. Особливості й передумови розвитку економіки, менеджменту і маркетингу в туризмі**

Туризм тривалий час розглядався як подорож. Проте з розвитком економіки, коли потреба в подорожах різко зросла, з'явилися виробники послуг для таких подорожей, і туризм стає товаром. Як товар туризм реалізується у формі матеріальних і нематеріальних послуг. Виникнення туризму як товару вимагало розвитку відповідної матеріально-технічної бази, наявності кваліфікованих кадрів з обслуговування туристів, цілеспрямованого та якісного керування туристичними господарськими суб'єктами [200].

У сучасних умовах туризм являє собою одну з найбільш розвинених галузей світового господарства, форм зовнішньоекономічної діяльності. Так, якщо у 1950 р. кількість туристів у всьому світі складала 25 млн, а обіг туріндустрії 2,1 млрд дол., то у 1995 р., за даними Всесвітньої організації туризму, ці показники перевищили 400 млн і 372,6 млрд дол. США. До початку 90-х років XX ст. частка туризму вже складала більше 10 % світової торгівлі товарами й послугами, що дозволило йому зайняти третє місце після експорту нафти й автомобілів, очікують, що туризм посідатиме перше місце.

Туристичний бізнес захоплює підприємців з багатьох причин, частково, це такі: невеликі стартові інвестиції, зростаючий попит на туристичні послуги, високий рівень рентабельності й мінімальний період окупності витрат. У деяких зарубіжних країнах туризм є однією з пріоритетних галузей, внесок у валовий національний дохід яких складає 15–35 %. До них належать Угорщина, Чехія, Австрія, Швейцарія, Італія, Франція, Іспанія, Португалія та ін.

Туризм як товар реалізується у формі послуг, які виражаються у корисному ефекті, що задовольняє ту чи іншу потребу в момент свого виявлення. При цьому послуга може бути надана або речами, або у процесі живої праці. Відповідно до двох вказаних способів виробництва послуг розрізняють два види самих послуг. Перший вид – це такі послуги, які опосередковуються речами, тобто матеріальні. Наприклад, послуги з виробництва продуктів харчування для туристів. Другий вид – це послуги, дія яких спрямована на живу людину чи оточуючі її умови, тобто нематеріальні. До них належать послуги з реалізації туристичних путівок, обслуговування туристів у готелі, організації театральних вистав тощо. У цьому випадку праця надає послугу не річчю, а в ролі діяльності. Однак обидва види послуг мають вартість і є товаром. Туристичні послуги, що запропоновані в ролі товару на світовому ринку, є різноманітними, зокрема:

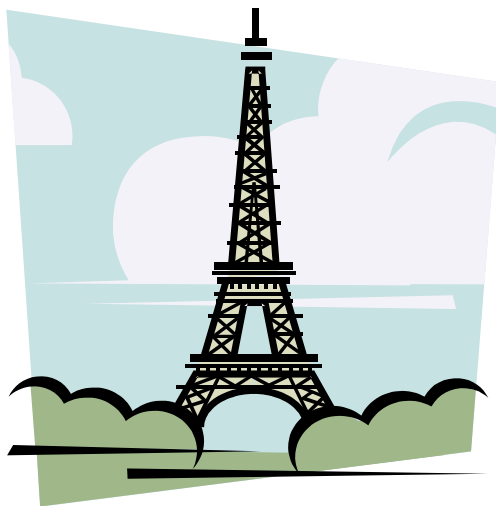
- з розміщення туристів (у готелях, мотелях, пансіонатах, кемпінгах, боатингах);
- з переміщення туристів до країни призначення і по країні різними видами пасажирського транспорту;
- із забезпечення туристів харчуванням (у ресторанах, кафе, барах,

тавернах, пансіонатах);

- спрямовані на задоволення культурних потреб туристів (відвідання театрів, музеїв, природних та історичних заповідників, фестивалів та ін.);
- спрямовані на задоволення ділових інтересів туристів (участь у конгресах, симпозіумах, наукових конференціях, ярмарках і виставках);
- послуги торгових підприємств (продаж сувенірів, подарунків, буклетів);
- з оформлення документації (паспорта, візи тощо).

Розвиток потреб туристів веде до підвищення ролі природної сфери в туристській діяльності. Звідси зростає значення природничонаукових компонентів туристики, що розвивається на стику природничих, технічних і гуманітарних наук. Попит на турпродукт усе більш індивідуалізується, форми поведінки туристів стають усе складнішими, тому підвищується значення гуманітарних компонентів туристики. Вона усе більше спирається на економічні знання, знання у сфері поведінкових наук, соціології, культурології. На стику туристики й економічних наук формується така молода наукова дисципліна, як економіка соціально-культурного сервісу і туризму, що спирається на такі характерні особливості туризму:

- туризм як процес і результат пересування людей різними туристськими маршрутами;
- туризм як поєднання подорожі до місця відпочинку і перебування там;
- подорож означає виїзд з країни або місця постійного проживання туриста;
- переміщення туристів різними туристськими маршрутами вимагає не лише фінансових витрат, але і витрат часу;
- екскурсія – це подорож без проживання в туристському центрі, тобто без ночівлі [112].



Екскурсії, як і туристські подорожі, не дають мандрівникам додаткового доходу, але вимагають певних фінансових затрат і витрат часу. Нагадаємо, що туризм і подорожі – це не одне і те ж. Подорожі (мандрівки) – це не лише туристські або екскурсійні поїздки, але й маятникові, сезонні й інші переміщення робочої сили. Проте турист – це завжди мандрівник.

Економіка соціально-культурного сервісу і туризму вивчає поведінку людей, що виробляють, розподіляють, обмінюють і споживають турпродукт. Вузлові питання економіки туризму такі:

- 1) об'єктивні чинники, що спонукають потреби людей у туристських послугах і товарах;
- 2) класифікація потреб людей у туристських послугах і товарах;
- 3) економічна поведінка споживачів турпродукту;
- 4) особливості механізму ринку турпродукту і механізми еволюції

- туризму;
- 5) умови відтворення турпродукту;
- 6) економічна і соціальна ефективність туризму.

Предметна сфера економіки соціально-культурного сервісу і туризму (СКСТ) включає також таке питання, як техніка надання туристських послуг в її економічному аспекті. Розвиток економіки СКСТ ґрунтується на тісних міждисциплінарних зв'язках. По-перше, це зв'язки між науковими дисциплінами всередині кожного з трьох блоків: зв'язки між природними, технічними і гуманітарними науками. Вони і складають предметну основу туристики. Пов'язані між собою й різні науки економічного циклу: економічна теорія й економіка галузевих ринків, маркетинг, менеджмент та інші напрями прикладної економіки. Певні взаємозв'язки існують також між різними дисциплінами гуманітарного блоку: історією, соціологією тощо. По-друге, це зв'язки між трьома блоками: на стику географічних і економічних наук розвивається економічна географія, на стику технічних і економічних наук розвиваються прикладна економіка й економіка галузевих ринків. Дисциплінами, що розвиваються на стику економіки з іншими гуманітарними науками, є економічна історія, економічна соціологія, економіка права і низка інших, а також історія, культурологія й інші гуманітарні науки. Ще раз хочеться зауважити, що традиційно з переліку галузей науки випадає найбільш давня сфера діяльності людини, до якої належить туризм. Це фізична культура і спорт. По-третє, економіка СКСТ, перебуваючи на стику трьох блоків наукових дисциплін, є, з одного боку, органічною складовою туристики, а з іншого, – мостом, що поєднує туристику з економічними науками [51, 112].

Отже, врешті решт успіхи економіки СКСТ визначаються переважно тим, якою мірою вона використовує новітні досягнення інших, суміжних з нею старих і молодих наукових дисциплін і наукових напрямів.

Невід'ємною частиною всіх видів людської діяльності став менеджмент. Його принципи, підходи і механізми активно використовуються у сфері науки, освіти, охорони здоров'я, у релігії, мистецтві, економіці, політиці. Він став надбанням більшості країн світу і поширився на міжнародну діяльність. Міжнародний менеджмент є особливим видом менеджменту, головними цілями якого виступають формування, розвиток і використання конкурентних переваг фірми за рахунок можливостей ведення бізнесу в різних країнах та інших особливостей цих країн у міждержавній взаємодії [144].

Основним завданням стратегії сталого розвитку підприємств є посилення відповідальності виробничого сектора за зміни в охороні навколишнього середовища і підтримка ініціатив, спрямованих на впровадження ефективних систем екологічного менеджменту. Обґрунтування і реалізацію довгострокових цілей підприємства забезпечує стратегічний менеджмент.

Стратегічний менеджмент є системою методів із виявлення потенціалів



успіху (або не успіху) підприємства, з обґрунтування довгострокових цілей і завдань підприємства і забезпечення їх реалізації. Рішення, що виробляються, мають сприяти ефективній довгостроковій взаємодії підприємства з навколишнім середовищем. Це стосується покупців і постачальників, органів влади, конкурентів, ділових партнерів. Стратегічний екологічний менеджмент дозволяє виявити потенціали екологічного характеру для успіху підприємства, тобто переваги у сфері охорони навколишнього середовища, ресурсозберігання, забезпечення екологічної безпеки, а також екологічні ризики, пов'язані з його діяльністю. На цій основі визначають довгострокові цілі та забезпечують їхню реалізацію шляхом застосування продуманої системи заходів й інструментарію. Отже, з одного боку, екологічний менеджмент покликаний забезпечити економічне зростання підприємства, а з іншого, – безпеку навколишнього середовища [140].

Екологічний менеджмент – це вид професійної діяльності в галузі природокористування й охорони навколишнього середовища, спрямований на досягнення мети стійкого розвитку суспільства на основі застосування економічного механізму. Предметом екологічного менеджменту є екологічні сторони діяльності підприємства – природоохоронна, ресурсозберігаюча, енергозберігаюча тощо, а також вироблення продукції та послуг, що надаються. Якщо розглядати екологічний менеджмент у туризмі, призначення якого – задоволення потреби людини у пізнанні довкілля, нових враженнях і оздоровленні, до трьох зазначених сторін діяльності туристичного підприємства треба додати й здоров'язберігаючу функцію.

За минулий період склалися декілька підходів (парадигм) у теорії екологічного менеджменту, у межах яких аналізуються дії екологічних вимог на підприємницьку діяльність:

1) *антропоцентричний* (морально-етичний) підхід: увага акцентується на екологічній відповідальності підприємців і менеджерів за забезпечення умов для довгострокового функціонування бізнесу і задоволення потреб суспільства;

2) *фінансово-економічний* підхід (підхід «подвійного виграша»): екологічний менеджмент трактується як підфункція загальної системи управління якістю і безпекою, а реалізація природоохоронних цілей розглядається і здійснюється компанією одночасно з виробленням і реалізацією конкурентоспроможних стратегій;

3) *біосферний* підхід (індустріально-екологічний підхід): екологічний менеджмент трактується як засіб надання індустріальним системам і діям якостей, порівняних з природними системами; при цьому стверджується необхідність урахування принципів індустріальної екології, зокрема, обов'язок підприємств сприяти підтримці цілісності екологічних систем, збереженню біорізноманітності, захисту домівок різних біологічних видів, оптимізацію якості флори і фауни.

На думку більшості дослідників, в основі реальних моделей



екологічного менеджменту лежать загальні принципи: стійкого розвитку, принцип стейк-холдерів (зацікавлених осіб), принцип циркулярності, кооперації, відповідальності, вимога врахування й управління екологічними ризиками. Уточнімо, що під стійким розвитком розуміють такий, що здатний забезпечити задоволення потреб поколінь, які живуть нині, без порушення умов, необхідних для задоволення потреб майбутніх поколінь [62].

Сьогодні, на початку ХХІ ст., стає все більш очевидним, що систематично реалізовувані, продумані й ефективні заходи з охорони довкілля, ресурсозберігання і зниження екологічних ризиків цілком відповідають стратегічним цілям будь-якого підприємства із завоювання і підтримки конкурентних переваг. Це стосується і підприємств галузі туризму. Нова парадигма підприємницької діяльності, що базується на принципі стійкого розвитку, змінює існуючу парадигму «управління підприємством з урахуванням екологічних проблем». Під впливом вимог стійкого, екологічно безпечного розвитку формуються нові методи управління і відповідний до них управлінський стиль [140].

У процесі управління природоохоронною, ресурсозберігаючою, енергозберігаючою, здоров'язберігаючою діяльністю туристичне підприємство робить позитивний або негативний вплив на природні ресурси, навколишнє природне середовище. Тому кінцевою метою екологічного менеджменту в туризмі є мінімізація негативних дій на здоров'я природи і людини, досягнення високого рівня екологічної безпеки процесів виробництва і споживання туристичного продукту. При цьому реалізовувані завдання мають бути узгодженими з іншими пріоритетними завданнями туристичного підприємства.

Формування екологічно усвідомленої поведінки споживачів на ринку товарів здійснюється в три етапи. Спочатку формується екологічна потреба, потім з'являється мотив, причина, привід для дії, і, нарешті, виявляється екологічно усвідомлена поведінка. Це стосується і споживачів турпродукту. Необхідно відзначити, що спостерігається еволюція потреб у міру розвитку людини, тобто у міру її переходу від загальної мети виживання до цілей вищого порядку, які стосуються стилю та якості життя. Велике значення для формування потреб мають елементи екокомунікацій, наприклад, зв'язки з громадськістю через PR-акції. Зв'язки з громадськістю – це встановлення спілкування з аудиторією щодо компанії або товару і способів управління засобами інформації (книжки, брошури, бюлетені, річні звіти, внутрішні публікації, аудіовізуальні матеріали). При проведенні PR-акцій важливими елементами є, зокрема, такі:

- обґрунтування і публічне декларування підприємством основних принципів екологічної діяльності (декларування екополітики);
- формування і розширення екологічної звітності;
- екологічна відвертість підприємства, тобто поширення як позитивної, так і негативної інформації про екологічну діяльність підприємства, залучення представників населення і громадськості до ухвалення

рішень, пов'язаних з відчутним впливом діяльності підприємства на здоров'я споживача турпродукту, навколишнє середовище і використання природних ресурсів;

- екологічне інформування і робота з персоналом тощо.

Інноваційним інструментом екокомунікацій, який сприяє зростанню обсягу продажів й іміджу фірми, зокрема турфірми, є екоспонсорування. Особливе місце посідає екологічно орієнтований інвестиційний менеджмент, який здійснюється за допомогою певних процедур експертизи. Екологічна оцінка наміченої діяльності є інструментом екологічної політики держави і підприємства. Проведення екологічної оцінки базується на простому принципі: легше виявити і попередити негативні для здоров'я людини і навколишнього середовища наслідки діяльності на стадії планування, ніж знайти і виправити їх на стадії здійснення проекту. Отже, на етапі вибору і обґрунтування проекту здійснюють усебічний аналіз можливої дії запланованої діяльності на здоров'я людини і навколишнє середовище і використання результатів цього аналізу для запобігання або пом'якшення екологічних збитків. Дія на навколишнє середовище – будь-яка зміна в навколишньому середовищі, яке повністю або частково може бути результатом наміченої діяльності [90]. Основним нормативним документом, який регламентує принципи і методи проведення екологічної експертизи, є Закон України «Про екологічну експертизу» (від 09.02.1995 № 45/95-ВР). Екологічна орієнтація менеджменту передбачає таку ж орієнтацію фінансового менеджменту й аудиту в туризмі. Екологічний аудит – це різновид аудиторської діяльності, пов'язаний з перевіркою діяльності суб'єктів господарювання в цілях установлення відповідності їх роботи вимогам екобезпеки, забезпечення раціонального використання і заповнення природних ресурсів, отримання достовірної інформації про виробничу діяльність об'єкта аудиту, формування на її основі аудиторського висновку.

Туризм за своїми основними характеристиками не має будь-яких принципових відмінностей від інших форм господарської діяльності. Тому всі суттєві положення сучасного менеджменту і маркетингу можуть бути сповна застосовані у туристичній галузі [199].

Для правильної організації роботи будь-якого туристського підприємства, на думку А. Є. Саак і Ю. А. Пшеничних, необхідно дотримуватися концепції екологічного менеджменту [157]. До неї мають бути включені такі питання, як екологічна політика підприємства і завдання щодо захисту здоров'я людини і природи, способів формування і складу екологічного турпродукту, співпраця з іншими суб'єктами господарювання у галузі охорони навколишнього середовища, впровадження заходів, які б сприяли не тільки економії сировини, води, енергії, але й фізіологічних резервів організму туристів, для яких турпродукт і виробляється. Вельми важливими є методи врахування і реалізації вимог і думок екологічно свідомих і грамотних туристів, особливо тих, хто має знання з екології довкілля і людини.

Таким чином, менеджмент став невід’ємною частиною усіх видів людської діяльності. Його принципи, підходи і механізми активно використовуються у сфері науки, освіти, охорони здоров’я, у релігії, мистецтві, економіці, політиці. Він став надбанням більшості країн світу і поширився на міжнародну діяльність. Міжнародний менеджмент є особливим видом менеджменту, головними цілями якого виступають формування, розвиток і використання конкурентних переваг фірми за рахунок можливостей ведення бізнесу в різних країнах та інших особливостей цих країн у міждержавній взаємодії [144]. Відповідно до європейської практики туристичного менеджменту на Міністерство молоді і туризму покладено всі існуючі функції технічного регулювання в туристичній галузі.

Маркетинг у туризмі – це система безперервного узгодження запропонованих послуг з послугами, які мають попит на ринку і які туристичне підприємство здатне запропонувати з прибутком для себе й ефективніше, ніж це роблять конкуренти. За оцінками фахівців, доля послуг у туризмі складає 75 %, товарів – 25 % [199].

Всесвітня туристична організація (ВТО) виділяє три головні функції маркетингу в туризмі: встановлення контактів з клієнтами, розвиток і контроль. Встановлення контактів з клієнтами ставить за мету переконати їх в тому, що передбачуване місце відпочинку і наявні там служби сервісу, визначні пам’ятки й очікувані вигоди повністю відповідають тому, що бажають отримати клієнти. Висока якість туристичних послуг не може бути досягнута за наявності навіть незначних недоліків, оскільки обслуговування туристів складається з цих самих дрібниць і дрібних деталей. Часто на якість туристичних послуг впливають зовнішні чинники, що мають форс-мажорний характер – природні умови, погода, політика у галузі туризму, міжнародні події тощо. Ці специфічні особливості туристичного продукту суттєво впливають на маркетинг у туризмі.

Деякі автори вкладають у поняття „маркетинг у туризмі” глобальний зміст. Так, швейцарський фахівець Е. Кріпендорф вважає, що туристичний маркетинг – це систематична зміна і координація діяльності туристичних підприємств, а також приватної та державної політики у галузі туризму, здійснюваної за регіональними, національними або міжнародними планами. Мета таких змін полягає в тому, щоб якнайповніше задовольняти потреби певних груп споживачів, ураховуючи при цьому можливості отримання відповідного прибутку [199]. Отже, суть маркетингу в туризмі полягає в тому, щоб пропозиції туристських послуг в обов’язковому порядку орієнтувалося на споживача і постійне узгодження можливостей підприємства з вимогами ринку. Ринок утворюють споживачі з певними потребами, для задоволення яких вони бажають і здатні придбати туристський продукт. Саме ідентифікації запитів споживачів у маркетингу надається особливе значення. Уявлення про ринок потреб населення низки держав деякою мірою можна отримати, скориставшись інформацією,

представленою в міжнародному журналі спортивної інформації «Sport for All», який видає творчо-виробниче об'єднання «Трим-спорт» (Trim-Sport Agency) і видавництво «Фізкультура і спорт» у співпраці з відділом спорту Ради Європи (Страсбург, Франція) зібрані деякі цікаві відомості про фізкультурно-спортивні інтереси і рухову активність іноземних громадян, які можуть бути потенційними туристами в Україні.

Отже, активність, наступальність, заповзятливість – ось ті якості, які забезпечують швидку й ефективну реакцію персоналу й організації в цілому на зміни зовнішнього середовища. Без цього неможливо досягти комерційного успіху й отримати конкурентні переваги в жодній галузі господарства, зокрема такій специфічній, як спорт і туризм. Проте першоджерелом для ухвалення оперативних рішень є інформація. Від того наскільки вона буде повною, різнобічною, професійно систематизованою і проаналізованою, врешті решт залежить успіх усієї справи. На це спрямовані, зокрема, засоби і методи стратегічного менеджменту в туризмі.

Ми вважаємо, що практичні завдання екологічного менеджменту, маркетингу й аудиту в туризмі, на які звернено увагу в цьому розділі, доцільно вивчати з погляду кваліметрії вищої професійної освіти і впроваджувати в навчальні плани підготовки бакалаврів і магістрів з туризму.

#### **5.4. Спортивно-рекреаційний потенціал туризму**

Туризм у сучасному його розумінні виник у XIX – напочатку XX ст. і набув масового поширення у другій половині XX ст., охопивши всі країни і континенти [34]. Туризм (франц. – *tourisme*, від *tour* – „прогулянка”, „поїздка”) – це подорож (поїздка, похід) у вільний час (відпустка, канікули тощо). Інше значення цього поняття таке: це вид активного відпочинку, засіб оздоровлення, пізнання, духовного і соціального розвитку особистості. Залежно від обраної ознаки розроблено декілька класифікацій туризму. За даними Всесвітньої туристичної організації, виділяють декілька форм туризму.

В умовах глобалізації культури при дослідженні резервів і точок зіткнення в ході міжнародної співпраці України з Європейським Союзом необхідно використовувати резерви всіх сфер діяльності, зокрема фізичної культури, спорту і туризму. У багатьох західних країнах спорт є дієвим механізмом організації та об'єднання нації навколо спільної ідеї – перемоги національних команд на змаганнях міжнародного і світового рівнів. Виконуючи функцію «маркетингу національної ідентичності», спорт є також одним з інструментів формування нових колективних ознак ідентичності [142]. Усе вищесказане належить і до туризму, як одного з найбільш демократичних і доступних видів спорту. У цьому лежить один з аспектів його соціокультурної цінності. Інший аспект полягає у суто туристичній специфіці – у подорожах країнами і континентами з пізнавальною метою.



Екскурсійний туризм – знайомство з визначними пам'ятками



Науковий туризм – участь в конгресах, семінарах



Діловий туризм – ділові зустрічі



Етнічний туризм – побачення з родичами



Лікувальний туризм – лікування на курорти



Рекреаційний туризм – спорт, відпочинок, розваги

Оздоровчий і спортивний туризм має великі резерви формування природодоцільного мислення особистості, її світогляду. Він посідає особливе місце в суспільному виробництві, виконуючи економічну, соціально-культурну, політичну, рекреаційну, виховну й екологічну функції. Він має широкі можливості для реалізації ринкових механізмів [94].

Соціально-культурна (виховна) функція рекреаційного туризму передбачає пізнавальну рекреаційну діяльність, пов'язану з оглядом пам'ятників, культурно-історичних цінностей, ознайомлення з новими



територіями, рідкісними природними об'єктами, тобто краєзнавчу і суспільно-корисну роботу [58, 172 ].



Особливого значення набувають необмежені можливості туризму при формуванні та вдосконаленні вольових якостей людини. Туристичні подорожі допомагають виховувати такі риси особистості, як самоорганізація, самоствердження, самоперевірка в умовах боротьби з труднощами, стихійними силами природи, уявлення себе першовідкривачем тощо. На добровільних засадах об'єднуються однодумці – прихильники пішохідних, лижних, гірських, водних, велосипедних, автомобільних, мотоциклетних, спелеопоходів, любителі подорожувати на парусних суднах різної класифікації.



складністю і кількістю природних перешкод, сезоном, кількістю ночівок у



польових умовах, а також вивченістю району мандрівки. Характеристика й особливості видів оздоровчо-рекреаційного і спортивного туризму чітко відпрацьовані та представлені в літературі [34, 165].

Пішохідний туризм можна вважати базовим видом туризму, оскільки без його навичок і основ не обійтися в інших видах туризму. Класифікація пішохідних походів складніша, ніж в інших видах туризму. При

виборі пішохідного і гірничо-пішохідного маршруту слід, перш за все, урахувати вік, стать, фізичний стан і технічну підготовленість учасників туристичної подорожі. Новачки різного віку, а також особи, що за станом здоров'я належать до спеціальної медичної групи або мають низький рівень фізичного стану, ні в якому разі не мають іти по гірських і тайгових маршрутах з серйозними природними перешкодами (скелі, переправи, снігові схили, льодовики, ненаселена тайга). Обирати маршрут, що пролягає по високогір'ю, слід лише туристам, що заздалегідь отримали фізичну і технічну підготовку в альпіністському або в гірничо-туристському таборі або в походах під керівництвом досвідчених туристів-«горняків». Пішохідні маршрути для новачків прокладаються по лісистих районах з красивою

природою, де багато тіні і є місця для купання. Якщо метою походу є полювання чи рибна ловля, маршрут повинен бути у два-три рази коротше за звичайний, інакше не вистачить відпускнуго часу. Вибираючи маршрут будь-якої складності, слід з'ясувати, в яких пунктах можна поповнити запас продовольства. У крайньому разі треба створити на маршруті продовольчу базу на відстані 3–4 днів ходи від початкової точки, запланувавши на це додатковий час.



Розпочинати складний похід потрібно з пункту, де можна дістати в'ючних коней або інший транспорт. За інших рівних умов величина навантаження на організм залежить від швидкості пересування: швидкий або широкий крок різко збільшує навантаження. На рівень навантаження дуже впливає рельєф місцевості: крутий підйом різко підвищує навантаження на

серце, а спуск – на м'язи ніг. Виконання однієї і тієї ж фізичної роботи для осіб з різною масою тіла призводить до витрат різної кількості енергії – чим більше власна вага перевищує норму, тим витрати більше. Відстань, яка долається за один день, як і вагове навантаження, дуже важко піддається попередньому нормуванню. Вона визначається, перш за все, труднощами маршруту і вагою вантажу, який переноситься (рюкзака та ін.). Для орієнтиру наводимо середні дані: здорових людей із рюкзаками середньої ваги, які проходять за день по рівнині 20–25 км. У перші дні мандрівки з важкими рюкзаками вони долають в долинах гір, на підходах до перевалів 15–18 км за день у тайзі, по перетнутій місцевості – близько 12 км. З полегшеними рюкзаками в горах і тайзі туристи, що «втягнулися» в похідне життя, йдуть по 18–20 км, а на спусках по стежках – до 30 км. В одноденних походах з легкими рюкзаками новачки проходять 15–20 км, а підготовлені туристи – до 30 км. Величина і розподіл ходового часу протягом дня мають велике значення для створення ритмічності в чергуванні навантажень і відпочинку. Пересування рекомендується здійснювати в найменш спекотний час – на початку і кінці дня, причому велике ходове навантаження має припадати на першу його половину. У середині дня організовується достатній відпочинок. Правильна організація руху групи туристів забезпечує ритмічність роботи організму кожного учасника походу, правильне дозування навантаження, чіткість у діях групи, відсутність травм і безаварійність походу.

Треба пам'ятати, що пішохідні та горно-пішохідні мандрівки стають важливим оздоровчим засобом лише у тому випадку, якщо у подорожі турист виконує посильну рівномірну роботу, що раціонально чергується з відпочинком. Інакше, як правило, відразу або в дещо віддаленому майбутньому виявляються негативні, а часто і хворобливі, наслідки для здоров'я туриста.



Особливості організації водного туризму обумовлені використанням технічних засобів і небезпеками водного середовища. Водний туризм – це походи по річках, озерах і водосховищах на туристських суднах. Водний туризм включає також походи на парусних суднах і походи по планових водних маршрутах. Навіть у найпростішому поході турист повинен уміти зібрати (або спорудити), а у разі

потреби і відремонтувати судно, правильно упакувати, розмістити і захистити від води продовольство і спорядження. Він повинен вміти сідати і сходити із судна, правильно гребти і управляти ним, підходити до берега і відчалити від нього. Турист-водник має добре знати перешкоди, що зустрічаються на воді, й уміти легко розрізняти їх, знати способи подолання цих перешкод і уміти ними користуватися. При виборі водного маршруту, окрім загальних для будь-якого виду туризму, є вимоги й умови, типові лише для водної подорожі. До них належать такі: тип судна, яке має у своєму розпорядженні група, і його місцезнаходження; гідрометеорологічні умови – характер річки, глибини на окремих ділянках, вибраного маршруту, напрям і сила течії, вітру, тумани, дощі, температура; прохідність маршруту для різних типів суден у зв'язку з природними і штучними перешкодами; характер підходів до початкової та кінцевої точок маршруту; наявність на берегах зручних місць для бівуаків тощо. Принцип поступового переходу від простих до складніших походів є основним принципом забезпечення безпеки. У зв'язку з розвитком техніки і тактики туризму, удосконаленням способів і засобів забезпечення безпеки переліки категоріальних водних маршрутів регулярно переглядаються.

Велосипедний туризм – це не спортивний швидкісний пробіг, а звичайний туристичний похід, що має свої особливості. При правильній організації походу і виборі маршруту велосипед служить для туриста



зручним і приємним засобом пересування, дозволяючи рухатися з меншою витратою сил на значно більші відстані та приділяти більше часу відпочинку, ознайомленню з цікавими об'єктами, краєзнавчій і суспільно корисній роботі, полюванню і рибній ловлі. Склад групи слід підбирати однорідним за

силою та володінням технікою їзди на велосипеді. Оптимальне число учасників у групі 4–8 осіб. До початку подорожі рекомендується провести декілька тренувальних поїздок, щоб туристи втягнулися в похідний режим і



краще познайомилися один з одним. Від вибору маршруту значною мірою залежить, чи вдало будуть вирішені поставлені перед групою завдання. Треба обирати район, в якому б ґрунт не створював надмірних труднощів, таких як великі площі заболочених і піщаних ділянок. Клімат і дороги мають бути сприятливі для мандрівки (наявність шосейних, ґрунтових доріг і прохідних на велосипеді стежок), а бездоріжні ділянки і перевали в горах не перевищували б 10–15 % загальної протяжності маршруту. Проте універсальність велосипеда як засобу пересування дає можливість вибирати маршрути майже з будь-яким рельєфом. В основу визначення категорії складності походів, як і в інших видах туризму, закладені три показники – тривалість, протяжність і технічна складність.



Автомобілотуризм – це спортивні походи, що передбачають пересування обраним маршрутом на автомобілях і мотоциклах. Спелеотуризм – проходження печер з використанням спеціальних технічних прийомів проникнення під землю, перебування і здолання перешкод у підземних умовах. Отже, кожний з видів туризму має свої

особливості, набір технічних прийомів проходження маршруту. У табл. 5.1 наведені характерні рухові дії за видами туризму [34].

Таблиця 5.1 – Характерні рухові дії для різних видів туризму

<i><b>Вид туризму</b></i>	<i><b>Основні рухові дії</b></i>
Гірський	Тривала ходьба, перенесення обтяження, пересування трав'янистими схилами, моренам різної величини, лазіння по скалах, пересування по льоду, снігу, організація навісних переправ, поручнів, рубання сходинок ногами, руками, робота з льодорубом, молотком, мотузкою (вузли), утримання на дні у водному потоці при переправі, гіпоксія
Пішохідний	Те саме, виключаючи чинник гіпоксії, на додаток – подолання завалів, гущавини, ярів, боліт, орієнтування на місцевості
Лижний	Рух на лижах по рівнині, на підйомах і спусках, перенесення обтяження, організація страховки, подолання завалів, гущавини, боротьба з холодом на привалах і ночівлях
Водний	Гребна техніка, рульове управління (пліт), рівновага і стійкість судна, на судні, у бурхливому водному потоці, перевороти, плавання, закидання палиці, елементи пішохідної і гірської техніки при підходах до початку маршруту
Велотуризм	Пересування на навантаженому велосипеді по шосе, стежках, сільськими і гірськими дровами, організація переправ, ходьба з проводкою велосипеда по нерівностях, крутих підйомах, спусках
Спелеотуризм	Гірська техніка, підходи до печер, перенесення обтяження, здолання вузьких отворів у незвичних позах (головою вниз тощо), робота на мотузку без опори, орієнтування в печері, перебування в темряві, боротьба з холодом, вогкістю

Перебування у горах в умовах нестачі кисню сприяє підвищенню неспецифічної стійкості організму. Воно використовується для:

- розширення функціональних можливостей організму і підвищення витривалості;
- для активного відпочинку, реабілітації та лікування;
- на етапі безпосередньої підготовки спортсменів до змагань, що проводяться в умовах середньогір'я.

Перед виїздом у гори треба пройти медичне обстеження, оскільки в незвичних і складних умовах зовнішнього середовища можуть загостритися хронічні захворювання. Якщо під час перебування в горах людина виконує фізичне тренування, великого значення набувають такі чинники, як повноцінне харчування, вітамінізація, використання комплексних засобів відновлення, самоконтролю, лікарсько-педагогічного контролю і спостереження.

Для тренування представників більшості видів спорту використовують два рівні від поверхні моря: 1000–1200 і 1500–2500 м. Тренування на висоті до 1000 м особливої специфіки не має.

Перші 7–12 днів є гострим періодом акліматизації. У спортсменів можуть спостерігатися зниження спортивної працездатності, ейфорія (неприродно піднесений настрій, збудження, перебільшення своїх можливостей), порушення сну, головні болі, підвищена стомлюваність, задишка під час виконання звичних для рівнини навантажень, носові кровотечі, болі в зоні печінки, загострення хронічних захворювань і травм. У літературі є конкретні рекомендації з методики регулювання фізичного навантаження, яких треба дотримуватися, особливо при підготовці і проведенні змагань [120].

Перебування у горах використовується в різні тренувальні періоди з різною метою:

- у перехідному – як засіб активного відпочинку і збереження досить високого рівня функціональної готовності;
- у підготовчому – для розширення функціональних можливостей і підвищення працездатності;
- у змагальному – для підвищення спортивної працездатності.

Переїзд із середньогір'я у звичайні умови на рівнину супроводжується явищами реакліматизації з відповідними реакціями організму. Тривалість цього періоду близько 10–15 днів. Індивідуальні реакції в цей час різноманітні та більш виражені при спуску з гір у райони приморського клімату. Гостра акліматизація характеризується зниженою працездатністю, порушенням координації звичних технічних дій, погіршенням швидкості реакції, частоти рухів та іншими проявами швидкості. Можливі скарги на головний біль, млявість, порушення сну. Спостерігається уповільнене втягування у роботу і відновлення після інтенсивних навантажень. У літературі представлені рекомендації щодо розподілу фізичних навантажень у тижневому тренувальному циклі при реакліматизації.

При високому рівні адаптаційних можливостей і неодноразовому перебуванні в умовах середньогір'я вираженість синдрому акліматизації та реакліматизації істотно знижується. Після перебування у середньогір'ї оптимальний рівень функціонального стану і гарна спортивна працездатність, звичайно, досягаються приблизно після 14 днів тренування на рівнині. Тривалість підвищеної працездатності зберігається близько 2–3 місяців [120].

Отже, у сучасній системі підготовки спортсменів під час перебування в горах провідну роль відіграє органічний взаємозв'язок трьох чинників: тренувальна дія фізичних навантажень, перебування в горах і комплекс відновлювальних заходів.

Питання збереження здоров'я студентів засобами туризму необхідно розглядати у контексті загальних соціокультурних проблем. Культурний, освічений студент, який активно займається спортом, має певні переваги у збереженні власного здоров'я. Він здатний критично мислити, оцінювати свої вчинки, розраховувати наслідки своїх дій, він усвідомлює, що здоров'я – один з головних чинників, що дозволяють йому повноцінно навчатися, працювати, отримувати радість від життя, у тому числі подорожуючи.

Ціннісний потенціал туризму для формування особистості величезний. Оздоровча цінність туристичної діяльності обумовлена одночасною дією на людину трьох найважливіших чинників – навколишнього середовища, кліматичних умов і видів діяльності. Регулярна туристична діяльність і участь у змаганнях чинять ефективну компенсаторну дію після трудової діяльності, спричиняють стійкий позитивний емоційний настрій, відчуття радості життя, сприяють загартуванню і підвищують фізичну життєдіяльність організму.



Освітня (пізнавальна цінність) туристичної діяльності обумовлена можливістю подорожей і походів як по регіонах своєї країни, так і далеко за її межами. Туристи знайомляться з історією, географією, етнокультурними традиціями регіону і держав, їхньою економікою, наукою, мистецтвом. Міжособистісні

контакти дозволяють розширити світогляд і краще розуміти вчинки й прагнення інших людей, цілих народів. Подорожуючи, туристи розширюють і поглиблюють свої знання з ботаніки, зоології, геології, географії, метеорології, астрономії, сільського і лісового господарства, історії культури і мистецтва.



Виховна цінність туризму виявляється у формуванні світогляду на основі згаданої загальноосвітньої підготовки й екологічного виховання в ході активної охорони природних багатств, в оточенні яких проходить подорож. Туристична діяльність проводиться, як правило, в колективі, коли один залежить від іншого та в

обов'язковому порядку потрібні відчуття такту, делікатність, уважне ставлення один до одного, коли власні інтереси не можна ставити вище інтересів колективу. Усе це дає великі можливості для виховання колективізму і формування таких рис характеру, як воля, упевненість у собі, витримка, самостійність, рішучість, надійність, готовність прийти на допомогу тощо [26, 183].

Отже, різні форми туризму є не лише ефективним засобом оздоровлення, але й засобом формування особистості, її позитивних ціннісних установок і мотивацій, дієвим засобом організації раціонального дозвілля, активного відпочинку, виховання, закріплення і вияву звичок здорового способу життя для широких верств населення різного віку.

## Розділ 6

### РЕКРЕАЦІЯ ЯК ОСНОВНА МЕТА ДІЯЛЬНОСТІ ТУРИСТИЧНИХ УСТАНОВ

Діяльність людини у вільний від роботи час з метою відновлення, зміцнення фізичного і духовного здоров'я, всебічного розвитку особистості в основному за допомогою природних чинників на спеціально призначених для цього територіях, що знаходяться поза місцем постійного проживання називається рекреацією. Це збірне поняття охоплює широке коло проблем, пов'язаних з санаторно-курортним лікуванням (лише в тій частині, що належить до використання природних ресурсів), з усіма видами оздоровчого відпочинку, туризму, екскурсій. Тому при вивченні питань організації та перспективного планування у сфері рекреації треба використовувати системний підхід.



## 6.1. Рекреаційно-курортні аспекти активного відпочинку в туризмі

Термін «рекреація» вживається з 60-х років ХХ ст. Функції рекреації діляться на медико-біологічну, соціально-культурну (виховну) й економічну.



У медико-біологічній функції рекреації розрізняють два аспекти: санаторно-курортне лікування й оздоровчий відпочинок. Оздоровчий відпочинок призначений для відновлювання працездатності людини і зняття в неї нервово-психічної напруги.

Соціально-культурна (виховна) функція рекреації передбачає пізнавальну рекреаційну діяльність, пов'язану з оглядом пам'яток, культурно-історичних цінностей, ознайомлення з новими територіями, рідкісними природними об'єктами, тобто краєзнавчу і суспільно-корисну роботу.



У поняття рекреації також входять:

- рекреаційна система, до якої належать санаторії, пансіонати, будинки відпочинку, турбази, спортивно-оздоровчі табори;
- рекреаційне районування, що передбачає виділення зон, визначення рівня здійснення рекреаційних функцій, щільності рекреаційних об'єктів;
- розміщення і співвідношення санаторіїв, туристичних об'єктів, будинків відпочинку й інших установ санаторно-курортної системи.

Детальніше про рекреаційно-курортні аспекти можна прочитати в літературі [75, 148, 163].

Основою активного відпочинку є масово-оздоровча фізична культура або, як зараз прийнято говорити, фізична рекреація. Значення терміну «рекреація» (лат. *recreo*) багатозначне – відновлювати, відпочивати, оновляти, переробляти, підкріплювати, видужувати, опам'ятовуватися.

Пріоритет фізичної рекреації полягає в тому, що вона має велику кількість різновидів і надає широкі можливості для контакту з оточуючим природним середовищем. Її зміст і форми легко можуть бути пристосовані до потреб і можливостей будь-якого суспільного середовища, групи відпочиваючих, зовнішніх умов, суб'єктивних потреб та інтересів кожної особи. Фізичну рекреацію як сферу діяльності було б неправильним

використовувати в якому-небудь одному аспекті – або як розвага, або як відновлення організму, або перехід з одного виду діяльності на інший. А. В. Лотоненко та ін. (1996 р.) вважають цей вид оздоровчої культури сукупністю різних аспектів рухової активності, взаємодія яких веде до здобуття корисного результату. У процесі рекреації використовуються різні засоби фізичного виховання, головними з яких є фізичні вправи [182].

Отже, фізична рекреація є невід'ємною складовою діяльності санаторно-курортних установ. Це зобов'язує персонал певних установ – адміністраторів, менеджерів, лікарів, інструкторів, методистів та ін. – широко використовувати її в поєднанні з природними чинниками.

Розглядаючи фізичну рекреацію з точки зору забезпечення фізичного, психічного, душевного, етичного, соціального і професійного здоров'я, можна виділити виховні, освітні та розвиваючі завдання:

- формувати у відпочиваючих мотиваційно ціннісні установки на необхідність фізичного самовдосконалення впродовж усього життя;
- виховувати стійку звичку всіх членів сім'ї вести здоровий спосіб життя;
- формувати інтерес до занять фізичною рекреацією;
- створювати в санаторно-курортних та інших установах туристської сфери відповідну матеріальну базу для занять різними формами фізичної культури і рекреації;
- формувати у відпочиваючих і членів їхньої сім'ї систему сучасних знань з фізичної рекреації;
- навчати відпочивальників методиці самостійного використання засобів рекреації;
- навчати відпочивальників використовувати найбільш доступні методики самоконтролю за фізичним станом у процесі занять рекреацією;
- навчати відпочивальників застосовувати отримані на курорті знання, уміння і навички у професійній діяльності та в побуті.

Засобами фізичної рекреації є:

- основні засоби – фізичні вправи, харчування і руховий режим, допоміжні засоби психофізіологічного відновлення (масаж, водні процедури, психорегулююче тренування, природні чинники);
- допоміжні засоби – механотерапія, працетерапія, кінезогідротерапія.

Оздоровча дія різних видів туризму на організм різних осіб далеко не однакова, що вимагає спеціальних заходів організації. Виходячи з цього існуючі види і форми туризму можна розділити на дві основні групи: оздоровчий (активно-руховий туризм, який удосконалює та розвиває рухові здібності) і «нездоровий» туризм (як правило, пізнавальний, не пов'язаний з рухами). «Нездоровий» туризм переважно – це екскурсійні поїздки на різних видах транспорту тривалістю від декількох годин до декількох днів, у ході яких рухова активність учасників мінімальна, а харчування щедre і калорійне. Оздоровче значення такого туризму невелике.

Завдання оздоровчого туризму, на думку А. І. Аппенянського (1990 р.), полягає в подоланні та попередженні факторів ризику основних захворювань,

що мають місце у переважній більшості населення, особливо тих, хто проживає в мегаполісах, великих містах і населених пунктах. До таких чинників ризику зараховують:

- забруднення довкілля хімічними і фізичними агентами, дефіцит компонентів здорового середовища (аеройони, ультрафіолет тощо);
- нераціональний режим, склад й енергетична вартість побутового харчування;
- гіподинамія та гіпокінезія;
- емоційні і психічні перевантаження, стреси.

При заняттях туризмом підвищується ефективність роботи серцево-судинної та дихальної систем, покращуються показники обмінних процесів, нормалізується психічний стан, згладжуються симптоми підвищеної збудливості та стомлюваності нервової системи. Результати досліджень показали, що тривалість застудних захворювань серед туристів у 2 рази менше, ніж серед осіб того ж віку і соціального стану, але що не беруть участі у походах.

Незважаючи на високу оздоровчу ефективність, заняття туризмом можуть давати й негативний ефект. У низці випадків, в основному в осіб з низьким рівнем фізичного стану, заняття туризмом можуть перевищувати функціональні можливості їхнього організму. Тому тим, хто рекомендує екскурсійні тури і хто вибирає їх самостійно, необхідно враховувати цю обставину і готуватися до подорожі заздалегідь. Для здобуття позитивного результату від мандрівок туристи мають знати показання і протипоказання щодо свого здоров'я.

Різні види туризму мають свою специфіку оздоровчого впливу. Наприклад, водний туризм особливо показаний при хронічному стомленні та розладі нервової системи. Він також сприяє стимуляції гормональної діяльності та природного імунітету. Заняття лижним туризмом дають тонізуючий ефект, стимулюють ендокринну систему, поліпшується робота органів дихання в режимі навантаження. Пішохідний туризм особливо корисний людям розумової праці, які ведуть переважно сидячий спосіб життя. Окрім фізичних навантажень і загартування, відзначається доброячий вплив лісу на туристів-пішоходів.

У санаторно-курортній системі туризму при оздоровленні людини застосовуються чотири основні методи профілактики і лікування кліматом: перебування на відкритому повітрі, сонячні ванни, купання у відкритих водоймищах, зміна кліматичних умов. У кліматотерапії використовуються ті самі методи, але з призначенням іншого дозування. Одним з важливих критеріїв ефективності оздоровлення в санаторно-курортних умовах слід вважати рівень рухової активності хворого [73, 163]. Зазвичай найрозповсюдженішими формами занять із рекреаційною метою є ранкова гігієнічна гімнастика, дозована ходьба і плавання, пішохідні прогулянки, заняття на стежці здоров'я, ходьба по сходах, терренкур, доступні види

оздоровчого туризму, самостійні заняття фізичними вправами, екскурсії, спортивні та рухливі ігри, різні спортивно-прикладні вправи.

Проведений професором В. П. Зайцевим функціональний аналіз фізичної рекреації дозволив виділити такі її специфічні методи:

- 1) природно-біологічний – використання біологічної функції людини – м'язового руху;
- 2) патогенетична терапія – застосування систематичних занять фізичними вправами, які діють на реактивність організму, змінюючи загальні та місцеві прояви, а також впливають на розвиток і результат наявної хвороби;
- 3) активна функціональна терапія – тренування окремих органів і систем або всього організму, яке проводиться за допомогою дозованих фізичних вправ і призводить до функціональної адаптації хворого, відновлення і вдосконалення його фізичної підготовленості;
- 4) підтримуюча терапія, яка рекомендується на завершальному етапі рекреації та медичної реабілітації, зокрема для осіб літнього віку;
- 5) відновлювальна терапія (медична, психологічна, соціальна реабілітація), яка застосовується при лікуванні відпочиваючого і проводиться як фізична рекреація, що використовується в комплексі з іншими видами оздоровлення і лікування [163].

Фізичну рекреацію в санаторно-курортних умовах розуміють як вид фізичної культури, що використовує різні засоби, форми і методи, а також культурно-розважальні заходи, за допомогою яких відбувається процес поліпшення психологічного статусу, відновлення і зміцнення здоров'я хворих. Для студентської молоді нефізкультурних вишів фізичну рекреацію рекомендують вважати видом фізичної культури [148]. Для рекреації студентів використовують загальнорозвиваючі фізичні вправи, а також елементи видів спорту у спрощеній формі, призначені для активного відпочинку.

Отже, протягом багатьох століть туризм залишається найпоширенішим видом рекреації. На сьогодні його програма різноманітна – від походів вихідного дня до подорожей високої категорії складності. Від інших видів спорту туризм відрізняється низкою особливостей, передусім масовістю, обумовленою його пізнавальною й інтелектуальною привабливістю і доступністю. При високій оздоровчій ефективності на вибір туризму як засобу рекреації впливає така причина, як можливість незначних фінансових витрат.

## **6.2. Взаємодія людини і природи у туристичній діяльності**

Туризм і навколишнє середовище тісно пов'язані. Цей взаємозв'язок відбувається за трьома головними напрямками: охорона природи для туризму, охорона природи за допомогою туризму й охорона природи від туризму. У першому випадку туризм не може існувати без природної основи –



природного середовища. Він висуває особливі вимоги до її стану, наявності специфічних державних ресурсів. Туризм, як жодна інша галузь, зацікавлений у збереженні природи, у регулюванні антропогенних дій на неї, в екологізації усіх сфер діяльності людини, створенні екологічно ефективних технологій, у формуванні нового екологічного світогляду людей. Тому для розвитку туризму як однієї з найбільш прибуткових сфер людської діяльності життєво важлива і необхідна турбота про чистоту природи, її первозданну красу.

Туризм як вид активної діяльності, здійснюваний у тісному контакті з природою, виховує у людини любов до природи, стимулює її охорону. У цьому сенсі він є могутнім інструментом екологічної освіти, виховання нової людини з ноосферним світоглядом, зорієнтованим на взаємозв'язок «людина-природа». Якщо туризм планується, розвивається й управляється належним чином, він може чинити значну позитивну екологічну дію. І, нарешті, у третьому випадку – туризм, як і будь-яка людська діяльність, впливає на природний комплекс і є причиною погіршення стану природи, особливо при надмірній «активності» туристської діяльності [157].

Науково-технічний прогрес супроводжується змінами умов життя людини (ритм, стиль і спосіб життя, фізичне та хімічне середовище). В. В. Никифоров дослідив кореляційну залежність між забрудненням атмосферного повітря та захворюваністю населення в одному з регіонів України [127]. Було використано дані лабораторії контролю за забрудненням атмосферного повітря м. Кременчука – значення захворюваності на 10000 осіб дорослого населення за 12 нозологічними групами, зокрема хвороб кістково-м'язової системи, шкіри та підшкіряної клітковини, ускладнення вагітності, хвороби сечостатевої системи, органів травлення, дихання (окремо бронхіальна астма), системи кровообігу, нервової системи й органів почуттів, крові та кровотворних органів, ендокринної системи тощо. З урахуванням отриманих кореляційних зв'язків між впливом забруднюючої речовини атмосферного повітря та природних вод і можливістю виникнення різноманітного типу патологічних станів була встановлена динаміка захворюваності населення за відповідними нозологічними групами. Результати статистичного аналізу медичного обстеження населення виявили певну тенденцію до зростання захворювань видільної системи, хронічних аномалій та змін у серцево-судинній системі, високий рівень захворювань новоутвореннями.

Таким чином, здоров'я населення є функцією багатьох показників та являє собою інтегральний показник якості довкілля. Тому будь-який вид туристської діяльності має здійснюватися з урахуванням екологічних вимог, обмежуватися і регулюватися на державному і міждержавному рівнях, зокрема у питаннях екології природи і людини.

Екологізація діяльності всіх туристичних підприємств з метою охорони природи від туризму зводиться до розбудови екологічного туризму. Зараз це один із секторів туристичної галузі, що найбільш динамічно розвивається.

Спостерігається його річне зростання від 10–20 до 30 %, а частка в доходах від міжнародного туризму сягає 10–15 % [157]. Існують два основні підходи до виділення екологічного сектора туризму. У першому випадку екологічним туризмом називають туризм, звернений до природи, що не завдає їй збитку (або мінімізує шкоду), націлений на екологічну освіту, формування дружніх відносин з природою, що піклується про збереження місцевого соціокультурного середовища і забезпечує стійкий розвиток району. Представники другого підходу розглядають екологічний туризм як взірць (вид) сталого туризму.

Сталий туризм – це напрям розвитку туризму, заснований на принципах концепції сталого розвитку [157]. Передбачаючи можливі негативні дії туризму на навколишнє середовище, Всесвітня спілка охорони природи запропонувала концепцію сталого розвитку туризму, яка базується на документі «Порядок денний – 21», прийнятому на конференції ООН з навколишнього середовища і розвитку (1992 р.). Згідно з Концепцією, стійким розвитком називається процес, у межах якого розвиток відбувається без нанесення шкоди природним ресурсам, що і робить розвиток можливим. Зазначимо, що до природних ресурсів слід зарахувати й біологічні ресурси здоров'я людини. Сталий туризм дозволяє задовольняти потреби туристів зараз і тут, ураховуючи інтереси приймаючого регіону, і зберегти цю можливість у майбутньому. При цьому управління всіма ресурсами передбачається так, щоб економічні, соціальні, естетичні та здоров'язоощаджувальні потреби задовольнялися за підтримки культурної й екологічної цілісності, без нанесення шкоди біологічній різноманітності та системам життєзабезпечення. Загалом будь-який екотуризм можна назвати зразком сталого туризму, а сталий туризм може бути будь-якого виду, не обов'язково екологічним.

Ми згодні з А. Є. Саак та Ю. А. Пшеничних, що збереження цілісності навколишнього середовища є найважливішою передумовою розвитку туризму, оскільки лише первозданна природа привертає туристів і сприяє їхньому повноцінному відпочинку і здоров'ю.

Безсумнівно, здоров'язоощаджувальний, сталий туризм дозволить задовольняти бізнесові, спортивні, рекреаційні, соціокультурні та інші інтереси і запити туристів без збитку для їхнього фізичного, психічного і соціального здоров'я, ураховуючи інтереси і можливість приймаючого регіону, і зберегти цю можливість у майбутньому.

Опрацьовуючи літературу з організації туризму й менеджменту в туристичній справі, можна зробити висновок, що питання здоров'язоощадження як основна мета туризму розглядається недостатньо. У цьому плані на позитивний відгук заслуговує підручник для студентів спеціальностей «Туризм», «Готельне господарство», «Менеджмент організацій» спеціалізації «Менеджмент готельного, курортного та туристського сервісу», виданий професором І. М. Писаревським зі співавторами. У ньому докладно розглянуті питання надання санаторно-

курортних послуг у системі туристської індустрії щодо організації туризму як функції менеджменту [132]. Зокрема представлена характеристика особливостей використання потенціалу санаторно-курортного комплексу в туризмі залежно від лікувального фактора. Зазначається, зокрема, що подорожуючі, туристи можуть з різною метою використовувати санаторно-курортний комплекс:

- із загальнооздоровчою метою (клімат, відпочинок, корисні для здоров'я дії повітря, сонця, води, фізичні вправи);
- лікування як супутня програма, тобто не як основна мета;
- лікування за призначенням лікаря – як основна мета туризму (відвідання курорту, водо-, грязелікарні, спеціалізованого санаторію, клініки тощо).

Автори розглядають лікування у санаторно-курортних установах у різних ракурсах. Зокрема з економічної точки зору – це є діяльність, пов'язана з наданням послуг клієнтові (пацієнтові) шляхом використання людського капіталу, природних, матеріальних і нематеріальних ресурсів, спрямована на відновлення та поліпшення функцій людської життєдіяльності. У підручнику докладно представлені відомості про природні й соціальні рекреаційно-туристські ресурси, різноманітні структури санаторно-курортного комплексу, специфіку призначення структурних підрозділів, кожен з яких має свою мету, ресурс і характерні особливості. Окремо виділені загальні завдання медичної реабілітації як виду курортної діяльності, принципи організації санаторно-курортного лікування, медичні аспекти курортної справи. Автори розглядають курортну справу як сукупність усіх видів туристської діяльності, необхідних для організації та забезпечення санаторно-курортними закладами трьох функцій: лікування, медичної реабілітації, профілактики захворювань із використанням природних лікувальних ресурсів. Імпонує висновок, з яким не можна не погодитися: здоров'я є товаром якісного характеру, який не підлягає купівлі-продажу. Ці слова авторів підручника можна брати за епіграф і до цієї монографії.

Аналіз літератури показав таке: на відміну від санаторно-курортного туризму, питання організації спортивно-оздоровчого і рекреаційного туризму майже не висвітлюється у публікаціях з економіки, менеджменту і маркетингу туристичної справи. І це не випадково, адже зазначені види туризму є спархією окремої галузі – фізичної культури і спорту. Щоб дещо заповнити цю прогалину, у своїй роботі ми надаємо окремі відомості, які розширяють знання студентів, а значить, і підходи фахівців-менеджерів до туристичної справи. В усякому випадку ми на це сподіваємось.

### 6.3 Природні фактори оздоровлення і особливості їхнього застосування для різних груп туристів

Серед природних факторів, які використовуються для оздоровлення людини, провідна роль належить енергії сонячного випромінювання. Сонячна енергія на землі є основою життя – вона впливає на повітряні та морські течії, кругообіг речовин у природі, на біологічні процеси. Її дія виробляється через атмосферні процеси, природні електромагнітні збурення і різні компоненти космічного випромінювання – космічні, ультрафіолетові, світлові (видимі), інфрачервоні та інші промені. Основний компонент енергії, що випромінюється з поверхні Сонця, – безперервне теплове випромінювання його фотосфери (рис. 6.1). Корональні дуги, представлені на знімку, – це потоки газу, які піднімаються на сотні тисяч кілометрів на поверхню Сонця, перш ніж впасти знову у сонячну фотосферу із швидкістю 100 км/с.



Рис. 6.1 – Знімок корональної дуги Сонця, зроблений на космічному апараті TRACE. Усередині сонячного спалаху – маленька кругла планета Земля

В усіх діапазонах випромінювання зазнає впливу сонячної активності. У видимій та інфрачервоній зоні зміни потоку випромінювання складають 0,1–0,3 % відповідно до циклічностями доби, місяців і 11-річної циклічності.

На випромінювання в інших діапазонах (рентгеновському, гамма- і радіо-), які виникають в хромосфері та короні Сонця, активність впливає набагато сильніше (у 10–1000 разів). Інфрачервоне випромінювання – це

теплове випромінювання верхньої фотосфери. Безперервне інфрачервоне випромінювання не залежить від активності Сонця. Ультрафіолетове випромінювання (у діапазоні 180–800 нм) складає близько 2/3 усієї енергії, що випромінюється Сонцем. У діапазоні 30–180 нм (видиме випромінювання) вплив активності такий, що змінює енергію випромінювання на десятки відсотків. Енергії випромінювання цього діапазону виявляється достатньо, щоб іонізувати і нагрівати верхні шари земної атмосфери. Джерелом рентгенівського випромінювання є нижні шари корони Сонця. Радіовипромінювання на орбіті Землі спостерігається в сантиметровому і метровому діапазоні хвиль. Гамма-випромінювання реєструється лише під час спалахів [92, 189].

При проходженні атмосфери Землі змінюється склад випромінювання, частково нею поглинається, розсіюється і перевипромінюється. Так, ультрафіолетове випромінювання в зоні від 200 нм до 300 нм активно поглинається озоновим шаром і досягає поверхні Землі дуже сильно ослабленим (приблизно на два порядки, тобто  $10^2$ ).

Безхмарна атмосфера, практично повністю поглинаючи випромінювання так званого «вакуумного» ультрафіолета (з довжиною хвилі менше 200 нм), вже у верхніх шарах спричиняє їх нагрів. Різні компоненти атмосфери і, передусім, двоокис вуглецю і вода активно поглинають випромінювання інфрачервоної зони спектра. Ефекти розсіяння електромагнітних хвиль на різних рідких і твердих мікрочастинках і флуктуаціях щільності атмосфери збагачують видиму зону спектра, що досягає поверхні Землі, короткохвильовим компонентом, забезпечуючи блакитний колір неба.

Таким чином, спектр сонячного випромінювання, пройшовши шар атмосфери, суттєво перетворюється. Конкретний його вигляд у певному регіоні землі залежить від конкретних умов, що склалися в певному місці зараз, а саме: рівня вологості, хмарності, запиленості, висоти знаходження Сонця на небосхилі тощо. Загальна закономірність спостерігається в тому, що практично «обрізається» короткохвильова зона з довжиною хвилі менше 300 нм. Після проходження суцільної хмарності краще всього «виживає» видима частка спектра – найбільш необхідна для фотосинтезу. Розподіл енергії у спектрі після проходження безхмарної атмосфери виглядає приблизно так: ультрафіолетове – 10 %, видиме – 45 %, інфрачервоне – 45 %. Частка випромінювання, що пройшло атмосферу, приблизно така: віддзеркалення – 30 %, перетворення в тепло – 46 %, випаровування, опади – 23 %, вітер і течії – 0,2 %, фотосинтез – 0,8 % [91, 189].

Медико-біологічна дія енергії сонячного випромінювання в науково-популярній літературі з рекреації описана наступним чином [148]. Інтенсивність загальної космічної радіації на землі залежить від висоти, географічної широти, ландшафту, пори року, дня доби та інших умов. Доза природної радіації в приземних умовах завжди нижча за поріг ушкоджувальної дії. У цих умовах життя на землі постійно зароджується і

функціонує. Проте, залежно від сонячної активності стан здоров'я людини може то погіршуватися, то поліпшуватися.

Біологічна дія прямого сонячного променя протягом декількох хвилин призводить до загибелі багатьох бактерій, вірусів та інших мікроорганізмів. Такий ефект звичайно використовується при проведенні профілактики інфекційних захворювань. Потрапляючи на шкіру, ультрафіолетове випромінювання чинить місцеву і загальну дію, зокрема, може призвести до еритеми (перегріву) або опіку шкіри різного ступеня. Ультрафіолетова радіація володіє засмагливою дією завдяки пігментові меланіну, сприяє утворенню вітаміну *D* у рослин, тварин і людини. А вітамін *D* необхідний для розвитку міцності кісток, нормальної діяльності нервової та м'язової систем. Сонячне опромінювання сприяє фізіологічному оновленню (репарації) клітин і регенерації пошкодженої тканини, підвищує обмін речовин, ферментативну активність, імунобіологічну реактивність шкіри і крові. Під впливом помірної ультрафіолетової радіації сонячного походження підвищується збудливість процесів кори головного мозку, симпатичного і парасимпатичного відділів вегетативної нервової системи, покращується розумова працездатність, м'язовий тонус і фізична витривалість, а також стимулюється діяльність статевих та інших залоз внутрішньої секреції. В осіб з ультрафіолетовою недостатністю знижується розумова і фізична працездатність, опірність до простудних та інфекційних захворювань, порушується фосфорно-кальцієвий обмін, погіршується перебіг хронічних захворювань, послабляються стійкість зубної емалі, підвищується крихкість кісток, особливо в літньому віці, а у дітей розвивається рахіт. При надмірній дії ультрафіолетової радіації, окрім опіків, з'являються фотодерматози (алергічний висип, екзема), деяке загальне виснаження і невротичні реакції. Тривале ультрафіолетове опромінювання може викликати бластоматозний зріст тканин.

Світлова радіація (видиме випромінювання) завдяки проникненню в тіло людини посилює біохімічні процеси, імунобіологічну реактивність, фотореактивність, утворення меланіну. На світлі підвищується збудливість кори головного мозку, обмін речовин і секреція гіпофіза. Інфрачервоні промені проникають у товщу води і ґрунту, через шибки й одяг. Зігріваючи ґрунт, вони прогрівають прилегле до нього повітря і створюють тепловий баланс на Землі. Інфрачервона радіація в разі її дії на тканині живих організмів прискорює біохімічні, ферментативні та імунобіологічні реакції, зростання клітин, регенерацію тканини і посилює потік крові. Радіохвильове випромінювання при великій потужності є природним фоном. Проте під час «спалахів» на Сонці воно зростає і може викликати різні реакції у живих організмів.

Якщо природний радіоактивний фон необхідний для нормальної життєдіяльності, то його невелике підвищення тієї або іншої тривалості, що не перевищує певної межі, може бути корисним для здоров'я. Слід звернути увагу на те, що багато курортів і улюблені місця відпочинку і відновлення

здоров'я, поряд із сприятливими кліматичними факторами, як правило, включають і фактор підвищеного природного радіоактивного фону. В умовах підвищеного природного радіоактивного фону знаходяться туристи в горах Швейцарії, Кавказу, Паміру, Колорадо. Десятки тисяч відпочивальників приїжджають провести свою відпустку в місця з найбільш високим природним радіоактивним фоном – у Гуарапарі в Бразилії і в штат Керала в Індії. Мільйони хворих покращують стан свого здоров'я на курортах, що виникли навколо джерел з підвищеним вмістом радону. Такі всесвітньо відомі курорти, як Цхалтубо, П'ятигорськ, Белокуріха, Хмільники на території колишнього СРСР; Браубах, Вісбаден, Баден-Баден у Німеччині; Бадгастайн в Австрії; Масутамі-Спрінгс в Японії та ін. У процесі родонотерапії за місяць перебування на курорті хворі отримують, залежно від радіоактивності джерела і характеру процедур, на організм в цілому дози близько 0,1 – 0,8 Зв, тобто величини, які лежать у межах коливань природного радіоактивного фону (0,16–2,38 мЗв за місяць) [101]. При прийомі радонових ванн найбільшій дії радону піддається шкіра хворого.

Як показали багаточисельні клінічні дослідження, радонові ванни надають сприятливу дію на здоров'я при дуже широкому спектрі захворювань. Активація неспецифічного імунітету, підвищення активності репаруючих ферментів і, передусім, рецепторів чутливих точок шкіри, рефлекторно пов'язаних зі станом внутрішніх органів, поява в кровотоку біологічно активних речовин, які в надзвичайно малих концентраціях активують нейро-ендокринну систему, позитивно впливають на загальний тонус організму, підвищують його опірність несприятливим факторам зовнішнього середовища, затримують старіння, подовжують життя, тобто сприяють здоров'ю загалом. Ці висновки торкаються дії малих доз атомної радіації природного радіоактивного фону – тих видів радіації й інкорпорованих радіонуклідів, до яких за мільйони років еволюції адаптована біота на планеті Земля.

При визначенні гігієнічних норм допустимості тих або інших рівнів забруднення навколишнього середовища радіонуклідами техногенного походження необхідно враховувати знання про сприятливу дію малих доз природного радіоактивного фону, але в той же час пам'ятати про корекцію даних з урахуванням специфіки діючого агента.

Важливе місце в життєдіяльності рослин, тварин і людини, окрім сонячного опромінювання, посідають такі метеорологічні чинники, як температура і вологість повітря, атмосферний тиск, хмарність, опади, вітер тощо. Температура повітря залежить від фізико-географічних умов місцевості, зокрема наявності гір, водних просторів, лісових масивів і долин. Максимальні або мінімальні температури можуть негативно впливати на людину. Вони здатні викликати патологічні стани – обмороження, простудні захворювання, тепловий або сонячний удари. Низькі температури повітря призводять до звуження периферичних судин (особливо судин кінцівок) і охолодження їх, до підвищення збудливості нервової системи, виділення

надниркових гормонів, зростання теплоутворення й обміну речовин. Для підвищення стійкості організму до низької температури рекомендується регулярна фізична робота на відкритому морозному повітрі, загартування організму холодом.

На підвищення температури повітря організм відповідає процесами, терморегуляції, пристосування, характер яких залежить як від інтенсивності зігрівання, так і від функціональних можливостей фізіологічних систем. Першими включаються в таку регуляцію системи дихання і кровообігу, а потім можуть потовипарювальна система. При цьому розширюються периферичні кровоносні судини, збільшується частота дихання і пульсу, зростає хвилинний об'єм крові, знижується артеріальний тиск і кровотік у внутрішніх органах і в м'язах, тимчасово зменшується збудливість нервової системи і залоз шлунково-кишкового тракту. При температурі повітря від  $+30^{\circ}$  до  $+35^{\circ}\text{C}$  і вище може настати тепловий удар, для якого характерні підвищення температури тіла, порушення водно-сольової та вітамінної рівноваги з утворенням недоокислених продуктів обміну речовин.

Вологість повітря характеризується пружністю пари і відносною вологістю, тобто процентним відношенням пружності водяної пари в атмосфері до пружності насичуючої водяної пари при тій же температурі. Повітря вважається сухим при вологості до 55 %, помірно сухим – при 56–70 %, вологим – при 71–85 %, дуже вологим (сирим) – вище 85 %. Найбільш сприятливими умовами життєдіяльності організму вважаються відносна вологість 50 % і температура повітря від  $+16^{\circ}$  до  $+18^{\circ}\text{C}$ . Людина важко переносить спеку при підвищеній вологості. Холод і спека в сухому кліматі переноситься легше, ніж у вологому. При пониженні температури повітря відносна вологість зростає, а при її підвищенні – знижується. У сухій і жаркій місцевості вдень відносна вологість складає 5–20 %, у сирій місцевості – 80–90 %. Під час дощу відносна вологість досягає 100 %. Помірна вологість повітря разом з температурним чинником (від  $+16^{\circ}$  до  $+18^{\circ}\text{C}$ ) створюють для людини термічний комфорт. Якщо таке співвідношення порушується, то настає переохолодження або перегрів організму.

Рух повітря (вітер), як відомо, пов'язаний з нерівномірним прогріванням різних ділянок землі: тепліші маси повітря безперервно витісняються холодними. У поверхні землі вночі швидкість вітру буває найменшою, після сходу сонця вона збільшується і досягає максимуму в післяполудневий час, але до вечора зменшується. Графічне зображення пануючих у певній місцевості вітрів отримало назву «роза вітрів». Давно доведено, що тихий і легкий вітер (1–4 м/с) сприймається людиною як термічний комфорт. Таке ж відчуття викликається швидшим рухом повітря (5–10 м/с) під час теплої погоди при виконанні фізичних навантажень. У той же час сильний вітер (більше 11 м/с) вже ускладнює дихання, перешкоджає виконанню фізичної роботи і пересуванню.



Медико-біологічний ефект дії вітру на людину виявляється у зміні самопочуття: помірний вітер (5,5–7,9 м/с) бадьорить людину, а сильний (10,8–13,8 м/с) і міцний (13,9–17,1 м/с) тривалий вітер пригноблює психічну діяльність не лише людини, але і тварин. Слід зазначити, що інтенсивний вітер не лише змінює температурне відчуття, але й стимулює теплорегуляцію, підвищує діяльність нервової й ендокринної систем організму. Так, тепле повітря при температурі від +24° до +30°С при штилі (0–0,2 м/с) діє розслаблюючи, а при вітрі підвищує тонус організму. У спекотний день вітер зелених степів помірної сили (5,5–7,9 м/с) і вологості (71–85 %) справляє не лише освіжаючу, але й підбадьорюючу, тонізуючу дію. Особливості дії вітру необхідно враховувати при загартуванні й аеротерапії. Однак, при зниженні захисних сил організму вітер сприяє застудним захворюванням. Чим нижча температура повітря, тим важче переноситься вітер.

Атмосферний тиск повітря в середніх широтах на рівні моря дорівнює 760 мм рт. ст. При підйомі він знижується через кожні 11 м висоти на 11 мм рт. ст. Необхідно пам'ятати, що при різниці парціального тиску газів в організмі постійно відбувається газообмін. При помірному збільшенні атмосферного тиску дещо знижуються максимальний і мінімальний артеріальний тиск, але збільшується частота серцевих скорочень. У той же час помірне його зниження призводить до підвищення артеріального тиску, а інколи й до зниження. Проте при значних перепадах атмосферного тиску організм не справляється з адаптаційними процесами, і виникає патологія. При цьому має значення не лише величина атмосферного тиску, а й температура, вологість повітря. Ці три чинники взаємозв'язані: чим менший тиск, чим вища температура і вологість повітря, тим менше в ньому міститься кисню.

Таким чином, знання особливостей дії природних факторів на організм людини є дуже важливим розділом просвітницької роботи для організаторів туристичних поїздок і клієнтів, що обрали маршрути в незвичні клімато-географічні регіони.

Коротка характеристика основних методів кліматопрофілактики і кліматотерапії, а також показання і протипоказання їх застосування наведені у табл. 6.1 [75].

Таблиця 6.1 – Основні методи кліматопротілактики і кліматотерапії (за В. П. Зайцевим, Т. В. Бондаренко, 2009)

№ п/п	Найменування методу і його різновиду	Механізм дії	Величина навантаження, показання	Протипоказання
1	2	3	4	5
1	<p><i>Аеротерапія:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- тривале перебування (у т. ч. сон) на відкритому повітрі (на веранді, балконі, у кліматопавірльоні тощо) у будь-який час доби;</li> <li>- перебування на березі моря (у т. ч. сон);</li> <li>- дозована дія свіжого повітря на організм повністю або частково оголеної людини (повітряні ванни)</li> </ul>	<p>Відбувається роздратування шкіряних рецепторів у дві фази:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- нервоворефлекторна (первинна остуда) – відчуття холоду, мерзлякуватості, зниження шкіряної температури, почастищення дихання;</li> <li>- реактивна – відчуття тепла</li> </ul>	<p><i>Слабка</i> (до 25 ккал/м<sup>2</sup>): ішемічна хвороба серця з нерізким серцево-больовим синдромом, гіпертонічна хвороба II стадії, ревматизм у фазі ремісії або з мінімальною активністю процесу, недостатність кровообігу I– II стадії, хронічні неспецифічні захворювання легенів у фазі ремісії, дихальна недостатність I– II ступеня.</p> <p><i>Середня</i> (до 35 ккал/м<sup>2</sup>): ішемічна хвороба серця, гіпертонічна хвороба без спатичних реакцій, ревматичний порок серця у фазі ремісії, недостатність кровообігу 0–I стадій, неспецифічні захворювання легенів у фазі ремісії, дихальна недостатність 0–I ступеня.</p> <p><i>Сильна</i> (до 45 ккал/м<sup>2</sup>): особам до 55 років, не схильним до застудних захворювань, у період компенсації патологічного процесу за відсутності дихальної та серцево-судинної недостатності</p>	<p>Ревматизм, захворювання суглобів, радикуліт, серцево-судинна і легенево-серцева недостатність II–III стадії, гіпертонічна хвороба II стадії, бронхіальна астма з частими нападами, туберкульоз легенів у фазі інфільтрації та розпаду, хвороби нирок з явищами недостатності, кровохаркання тощо</p>

1	2	3	4	5
2	<p><i>Геліотерапія:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- пряма радіація (від сонця);</li> <li>- розсіяна (від небесного своду);</li> <li>- відзеркалена (від поверхні різних предметів)</li> </ul>	<p>Основа - різні фотохімічні реакції, залежні від довжини і енергії поглинених квантів діючого випромінювання. Прилив крові до шкіри та її почервоніння. Повторне систематичне опромінювання мобілізує механізми адаптації органів і тканин, підвищуючи їх функціональну здатність. Здійснює загальну стимулюючу дію; УФ опромінювання підвищує окислювально-відновні процеси, спричиняє перерозподіл крові, збільшує хвилинний об'єм серця, сприяє зниженню артеріального тиску</p>	<p><i>Мала:</i> особам до 55 років при недостатності кровообігу I стадії, легенево-серцева недостатність I стадії, адаптація до нових кліматичних умов.</p> <p><i>Помірна:</i> особам до 50 років за відсутності недостатності кровообігу.</p> <p><i>Профілактична:</i> усім здоровим особам, хворим у стані стійкої ремісії.</p> <p><i>Виражена:</i> усім практично здоровим особам</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Усі захворювання у гострій стадії та в період загострення; кровотечі, виснаження, злоякісні та доброякісні пухлини, прогресуючі форми туберкульозу.</li> <li>• Виражений атеросклероз, стенокардія, гіпертонічна хвороба II-III стадії, недостатність кровообігу II-III стадії, бронхіальна астма з частими і тяжкими нападами.</li> <li>• Виражені порушення функції ендокринних залоз, різкі функціональні порушення нервової системи, виражені органічні ураження центральної нервової системи (розсіяний склероз тощо).</li> <li>• Захворювання крові, червоний вовчак, малярія, підвищена чутливість до сонячних променів</li> </ul>

1	2	3	4	5
3	<p><i>Талассотерапія:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- кліматичні чинники;</li> <li>- бальнеологічні чинники;</li> <li>- гідротерапевтичні чинники</li> </ul>	<p>Фізіологічні зміни, пов'язані з дією термічних, механічних, хімічних чинників</p>	<p>Дозування морських купань по холодовому навантаженню і тривалості купання відбувається залежно від температури води і самопочуття людини: показано усім практично здоровим особам і тим, хто не має протипоказань</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Гарячкові стани, гострі захворювання ревматичного характеру, захворювання периферичної нервової системи (радикуліти і т. ін.) і суглобів, бронхіальна астма з частими нападами, захворювання нирок з явищами недостатності, епілепсія, високий ступінь виснаження, схильність до кровохаркання, серцево-судинна недостатність II–III стадії.</li> <li>• Гіпертонічна хвороба при схильності до судинних кризів, виражені порушення мозкового, коронарного і ниркового кровообігу.</li> </ul> <p>Ішемічна хвороба серця за наявності аневризми серця і судин, прогресуючої або часто рецидивуючої коронарної та серцевої недостатності у вигляді частої та наполегливої стенокардії, аритмії, проявів серцевої астми і порушеннях кровообігу II стадії й вище при поєднанні з гіпертонічною хворобою II–III стадії, порушеннями мозкового кровообігу і функції нирок, атеросклерозом судин головного мозку, атеросклерозом нижніх кінцівок з синдромом переміжної кульгавості і проявами трофічних розладів.</p>

	2	3	4	5
3	<p><i>Талассотерапія:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- кліматичні чинники;</li> <li>- бальнеологічні чинники;</li> <li>- гідротерапевтичні чинники</li> </ul>		Показана усім практично здоровим особам і тим, хто не має протипоказань	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ревматизм за наявності вираженого активного процесу і порушень діяльності серцево-судинної системи.</li> <li>• Хронічна пневмонія та хронічний бронхіт у фазі загострення, виражений бронхоспазм, поширені деструктивні процеси</li> </ul>
4	<p><i>Ландшафтотерапія:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- лісовий масив;</li> <li>- степовий;</li> <li>- луго-польовий;</li> <li>- заплавно-болотний (заплави річок);</li> <li>- передгірно-струмковий, тугайний (береги річок у південних степах і напівпустелях);</li> <li>- гірський</li> </ul>	Ландшафтні чинники надають естетичну насолоду й етичне задоволення, справляючи позитивну психологічну лікувальну дію; погодні, алергічні, аерохімічні чинники впливають на механізми терморегуляції; бактерицидна дія фітонцидів, що виділяються рослинами тощо	Показана усім практично здоровим особам і тим, хто не має протипоказань	Алергічні реакції у вигляді задухи, висипу на шкірі й інших дерматитів

1	2	3	4	5
5	<p><i>Спелеотерапія:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- перебування у соляних шахтах;</li> <li>- карстових печерах;</li> <li>- штучний мікроклімат («Йонотрон»)</li> </ul>	<p>Мікроклімат, обумовлений вмістом високодисперсних аерозолів хлориду натрію, постійною температурою повітря, відсутністю в ньому шкідливих домішок і мікроорганізмів, малою швидкістю руху повітря, певним співвідношенням вмісту газів, вологості, атмосферного тиску, відсутністю шуму, здійснює гіпосенсебілізуючу, протизапальну дію;</p> <p>покращується бронхіальна прохідність і коефіцієнт використання кисню, нормалізується вентиляційна функція легенів</p>	<p>У соляних шахтах Закарпатської обл. (с. Солотвине), в Росії (р. Солікамськ, Березники) курс лікування – 20–25 днів, час перебування поступово збільшується від 2 до 12 годин за день.</p> <p>Показано при хронічних неспецифічних захворюваннях легенів і передусім з бронхіальною астмою.</p> <p>У карстових печерах курс лікування 20–25 днів, час 1-ї процедури 1 год., 2-ї – 2 год., подальших – 3 год. кожна.</p> <p>Показано при бронхіальній астмі (поза фазою загострення) не вище за I–II ступінь дихальної недостатності, без пневмосклерозу; хронічній пневмонії і бронхоектазах; хворим із гіпертонічною хворобою I–II стадії без ускладнень</p>	

#### 6.4. Комплексний підхід до рекреації та оздоровлення засобами туризму

Сучасна стратегія оздоровлення нації заснована на тому, що замість пасивного вживання заходів, що проводяться органами охорони здоров'я, формується індивідуальна активність самого населення, спрямована на турботу про своє здоров'я і фізичне вдосконалення. Вільна, освічена, здорова людина – це головна мета розвитку країни. На державному рівні декларується, що збереження здоров'я людини має бути критерієм ефективності й доцільності соціальних і економічних проектів [11].

Зміни в організмі людини внаслідок впливу зовнішнього середовища, а також швидкість адаптаційних процесів мають значення для успішної трудової та спортивної діяльності [50, 137].

На жаль, багато фундаментальних досліджень фахівців з фізичної культури і спорту, пов'язаних зі здоров'ям людини, зокрема дітей і молоді, випадають з поля зору учених багатьох сфер наукового знання. У результаті картина виходить неповною. Нижче зупинимось на деяких питаннях, актуальних для майбутніх фахівців туристичної сфери.

Забезпечення безпеки клієнта – один з найважливіших напрямів діяльності туристичних організацій. На це звертається увага в усіх основних керівних й інструктивно-методичних документах із самодіяльного і планового туризму. Правила проведення туристичних походів передбачають виконання величезного комплексу робіт і заходів у загальній системі організації, підготовки і проведення походів, подорожей і змагань. До них належать фізична, тактична, технічна і спеціальна підготовка учасників і керівників походів; розвідка, розробка й облаштування туристичних маршрутів, а також місць проведення змагань і тренувань; матеріально-технічне і медичне забезпечення туристичних груп; організація консультацій, перевірок і контролю; надання (за необхідності) оперативної допомоги, проведення пошуково-рятувальних робіт тощо. Необхідність і результативність тих або інших заходів щодо забезпечення безпеки визначаються у кожному окремому випадку з урахуванням особливостей виду туризму, конкретної обстановки на маршруті та статистики нещасних випадків з туристами. Аналіз нещасних випадків показує, що переважна більшість з них є наслідком низки причин, які умовно можна розділити на 4 групи чинників, що знижують безпеку:

1. Природні особливості регіону, де проходить маршрут походу:

- значна висота над рівнем моря, розріджене повітря, високий рівень сонячної радіації тощо;
- складний рельєф, чисельні природні перешкоди – дуже перетнута місцевість, круті схили, лід, обвали, каменепади, сніжна лавина, бурхливі гірські ріки, пороги, завали тощо;
- несприятливі гідрометеорологічні умови – різкі коливання температури повітря й атмосферного тиску, рясні дощі, грози, снігопади, ожеледиця, пильні бурі тощо;

- погана видимість – ніч, густі сутінки, туман, снігопад, дощ;
- небезпечні хижі тварини, отруйні комахи і рослини, важкопрохідні чагарники.

2. Причини, пов'язані з недоліками матеріально-технічного забезпечення туристів:

- дефіцит туристичного спорядження і його низька якість;
- невідповідність спорядження, продуктів харчування, медикаментів і ремонтного набору конкретним умовам подорожі, наміченому маршруту, складності перешкод;
- відсутність необхідних рятувальних і захисних засобів;
- неправильне використання спорядження або втрата його на маршруті тощо.

3. Причини, пов'язані з недосконалістю організації планового і самодіяльного туризму:

- слабка підготовка туристичних кадрів, недостатня просвітницька і виховна робота з туристами з питань профілактики нещасних випадків;
- недостатня облаштованість маршрутів, дефіцит карт, описів маршрутів та інших інформаційних матеріалів;
- незадовільний медичний контроль за станом здоров'я туристів;
- слабкий контроль з боку організаторів за підготовкою туристів до походу (подорожі) і проходженням маршруту, недостатня вимогливість спеціальних комісій і контрольно-рятувальних служб до порушень маршруту і недотримання норм безпеки;
- не оформлені належним чином складні походи не підготовлених людей, низький культурний і освітній рівень туриста.

4. Причини, обумовлені медичною безграмотністю, нестачею досвіду і тактико-технічної підготовки, неорганізованістю і недисциплінованістю самих туристів. Це найбільш обширна група причин. Неприпустима, наприклад, участь у походах та інших туристичних заходах людей, які страждають гострими захворюваннями або нещодавно хворіли ними, а також тих, кому за станом здоров'я вони взагалі протипоказані. Як правило, у гонитві за прибутком туроператори й організатори туристичних заходів повністю ігнорують цю вимогу безпеки.

Із причин, пов'язаних з низькою свідомістю і недисциплінованістю, найбільш поширеними є такі:

- вихід на маршрут без необхідної перевірки готовності до походу, відмова від допомоги маршрутно-кваліфікаційної комісії та контрольно-рятувальної служби, порушення діючих правил проведення походів;
- самовільна зміна (ускладнення) затвердженого маршруту, подолання перешкод і проходження ділянок шляху (перевалів, порогів тощо), до яких туристи не підготовлені, довільне порушення графіків руху, режиму дня;
- одиночний (індивідуальний) безконтрольний туризм, самовільний розподіл груп на некеровані й ті, що не забезпечують свою безпеку,



нечисленні групи;

- безтурботність, бравада ризиком, авантюристська відмова від страховки там, де вона потенційно необхідна.

До організаційних прорахунків належать:

- неправильний підбір і комплектування груп – відсутність «схоженості», загальних цілей та інтересів, психологічна несумісність тощо;
- неправильне розподілення сил у групі, наприклад, розміщення слабких учасників у кінці колони, відсутність досвідчених замикаючих, скупчення туристів на потенційно небезпечних місцях;
- невдалий розподіл навантаження, відсутність навичок у роботі з картами, лоціями і т. п., втрата орієнтації на місцевості;
- невдалий вибір керівника групи (має малий досвід турпоходів, не здатний управляти групою в екстремальних ситуаціях, погано знає свої прямі обов'язки, не має авторитету в туристів).

Не менш важливим для підвищення безпеки є дотримання встановленого кількісного складу груп залежно від виду туризму, складнощів маршруту і віку учасників походу, суворе виконання вимог, що висувуються як до рядових учасників, так і до керівника групи відносно їх знань, умінь і навичок, створення стійкого психологічного клімату в групі.

Як правило, природне середовище та інші об'єктивні умови рідко представляють безпосередню небезпеку для життя і здоров'я туристів. Дійсна небезпека виникає тоді, коли група здійснює помилкові дії з причини неправильного аналізу ситуації, розгубленості, невміння чітко і злагоджено діяти в екстремальних умовах або з яких-небудь інших причин, що залежать від самих туристів. Прийняття рішення багато в чому залежить від правильності прогнозу нещасних випадків, а це пов'язано з визначенням величини ризику як кількісної характеристики небезпеки. Апріорна оцінка ризику проводиться, як правило, на основі екстраполяції знань туриста про аналогічні ситуації та безпосередньо залежить від його досвіду. Чим більший досвід і точніша оцінка ризику, тим більша вірогідність правильного рішення, тим вище безпека. При недостатньому досвіді та помилковому аналізі ситуації безпека різко знижується.

Проблема підвищення безпеки нерозривно пов'язана з постійним удосконаленням техніки і тактики конкретного виду туризму, а суворе дотримання заходів безпеки – одна з основних вимог, що висувуються в похіді до усіх учасників. Головна увага в процесі навчання приділяється поведінці в різних екстремальних ситуаціях, щоб у разі виникнення реальної небезпеки туристи могли не роздумуючи застосувати найбільш ефективні способи її усунення або забезпечити надійний самозахист. Як правило, навчання проводять з туристичною групою, яка є первинною ланкою, ядром самодіяльного й організованого туризму. Робота з групою необхідна ще й тому, що колегіальні (групові) рішення в порівнянні з індивідуальними звичайно бувають більш ризикованими і при недостатній попередній роботі з групою можуть призвести до небезпечних наслідків [165, 193].

Важливим питанням просвітницької роботи для організаторів туристичних поїздок і клієнтів, що обрали маршрути в незвичні клімато-географічні регіони, є знання про акліматизацію. Акліматизація – це пристосування організму до нових кліматичних умов. Це окремий випадок адаптації до природних чинників. Реакції акліматизації мають спадкову основу і стосуються всіх регулюючих систем організму. Найбільшої напруги пристосовні реакції досягають при попаданні людини в екстремальні умови (сильна спека або холод, високогір'я тощо). Звичайно, здорові треновані люди переносять процес акліматизації легко, хоча в перші дні можуть виникати відчуття нездужання, зниження працездатності, апетиту, порушення сну і т. ін. Надалі (через 5–10 днів) самопочуття і працездатність відновлюються. У деяких випадках, наприклад, унаслідок нетренованості, перевтоми, захворювання, повноцінна акліматизація не настає у зв'язку з погіршенням пристосовних можливостей організму. Ураховуючи закономірності перебігу процесу акліматизації, при проведенні походу в перші дні слід уникати перевантажень – тривалих переходів, технічно складних ділянок тощо.

Акліматизація до холодного клімату (особливо на Крайній Півночі) пов'язана з такими чинниками, як низькі температури повітря, сильні вітри, полярна ніч з ультрафіолетовою недостатністю та ін. Вона може супроводжуватися безсонням (у полярний день) або сонливістю, мерзлякуватістю. Для її полегшення раціон харчування по калорійності слід збільшити на 10–15 % у порівнянні з раціоном для середньої полоси; організовувати по можливості теплі ночівлі; одяг має володіти підвищеним тепло- і вітрозахисними властивостями.

Акліматизація до спекотного клімату пов'язана з перегрівом, надлишком ультрафіолетової радіації, а в зоні пустель – з обезводненням організму, втратою солей. Початкова фаза акліматизації в цих умовах може супроводжуватися м'язовою слабкістю, серцебиттям, підвищеною спрагою та ін.; можлива поява теплового удару, непритомності. Дотримання відповідного водно-сольового режиму, виконання великих (по 3–4 год.) привалів у період максимальної спеки, носіння головного убору сприяє акліматизації до спекотного клімату [175].

Висотна хвороба (*висотна гіпоксія*) — хворобливий стан, пов'язаний з кисневим голодуванням унаслідок пониження парціального тиску кисню в повітрі, що вдихається. Це явище виникає високо в горах, а також при польотах на літальних апаратах, не оснащених герметичною кабіною, наприклад, парaplанах, дельтапланах, повітряних кулях, починаючи приблизно з 2000 м і вище. Різновидом висотної хвороби є гірська хвороба. Гірська хвороба – це хворобливий стан, що виникає внаслідок кисневого голодування при підйомі на великі висоти (понад 3000–3500 м). Певну роль грають такі чинники, як низька вологість повітря, фізичне стомлення, охолодження, обезводнення організму, ультрафіолетове випромінювання, важкі погодні умови (ураганні вітри і т. ін.), різкі перепади температур

протягом дня (від  $+30^{\circ}\text{C}$  удень до  $-20^{\circ}\text{C}$  уночі). Та основним патологічним чинником гірської хвороби все ж таки є гіпоксія (нестача кисню). Розвиткові цього стану сприяють підвищена ультрафіолетова радіація та деякі інші чинники високогір'я, а також стомлення, охолодження. На розвиток гірської хвороби впливають також психічний стан, міра адаптації до висоти, рівень тренуваності, швидкість підйому й інші чинники (рис. 6.2–6.5).



Рис. 6.2 – Проміжні висоти (1500–2500 м).  
Помітні фізіологічні зміни.  
Насичення крові киснем  
більше 90 % (норма).  
Вірогідність гірської  
хвороби невелика

Рис. 6.3 – Великі висоти (2500–3500 м).  
Гірська хвороба розвивається  
при швидкому підйомі



Рис. 6.4 – Дуже великі висоти (3500–5800 м).  
Гірська хвороба розвивається  
часто. Насичення крові киснем  
менше 90 %. Значна гіпоксемія  
(зниження концентрації кисню  
в крові) при навантаженні



Рис. 6.5 – Екстремальні висоти (більше 5800 м).

Виражена гіпоксемія у спокої. Прогресуюче погіршення, незважаючи на максимальну акліматизацію.

Постійне знаходження на таких висотах неможливе

Основні ознаки гірської хвороби такі: слабкість, задишка, серцебиття, сонливість або безсоння, головний біль, запаморочення, нудота, інколи носові кровотечі, непритомність. Як правило, такі ознаки виникають на висоті 4000 м і вище, але можуть з'явитися навіть на висоті 1000–1500 м, наприклад, у літніх і фізично слабких людей. Ознаки гірської хвороби приблизно з 3-го дня перебування в горах слабшають унаслідок адаптації до висоти.

При швидкому переході у високогірний район, наприклад, при закиданні групи автотранспортом або вертольотом, у малотренованих людей може розвинутися гостра форма гірської хвороби. Тяжкість її проявів наростає стрімко і вимагає допомоги. При тяжкому ступені можуть виникати гострий набряк легенів, серцево-судинна недостатність, втрата свідомості та ін. Основні симптоми розвиваються звичайно через 6–12 год. при швидкому підйомі на висоту 3500 м приблизно у 50 % людей, на висоту 5000 м – у 80–90 % туристів. Легкі прояви гірської хвороби звичайно проходять самі по собі через 2–3 дні. Головний біль при цьому можна зняти, прийнявши анальгін. Наростання тяжкості стану вимагає екстреного спуску вниз, оскільки це є кращим засобом допомоги. При транспортуванні лежачи головний кінець носилок має бути піднятий; допомагає вдихання кисню, міцний чай або кава. У профілактиці гірської хвороби основну роль відіграють тренування перед походом, дотримання правил адаптації до висоти, раціональне харчування в поході, повноцінний нічний відпочинок. Практика альпіністів показує, що у деяких осіб навіть попереднє спеціальне тренування не виключає появи гірської хвороби. У той же час спостерігаються окремі випадки відсутності ознак гірської хвороби у нетренованих туристів.

Стан, що виникає у високогір'ї на закритих льодово-снігових ділянках, наприклад, у снігових цирках, у години максимального сонячного випромінювання називається глетчерна втома (від нім. gletcher – льодовик). Характеризується занепадом сил, слабкістю в ногах, часто рясним потовиділенням. Основна причина глетчерної втоми – насиченість вологою нижнього шару повітря, яке за відсутністю вітру ускладнює віддачу тепла

організмом. При переході на скелі або морену вона звичайно швидко проходить. Розвитку глетчерної втоми сприяє також киснева недостатність.

Чинники, що провокують розвиток гірської хвороби і знижують переносимість великих висот, такі:

- наявність алкоголю або кофеїну в крові;
- безсоння, перевтома;
- психоемоційна напруга;
- переохолодження;
- неякісне і нераціональне харчування;
- порушення водно-сольового режиму, обезводнення;
- надлишкова маса тіла;
- респіраторні й інші хронічні захворювання (наприклад ангіна, бронхіт, пневмонія, хронічні гнійні стоматологічні захворювання);
- крововтрати.

З розповіді діючого альпініста майстра спорту СРСР Л. М. Сухаревої, ступінь розвитку гірської хвороби для різних людей і в різних умовах буває неоднаковою. Деякі починають страждати від кисневої недостатності вже на висоті 2000 м, інші ж не відчують її ефекту навіть на 4000 м. Більшість здорових неакліматизованих жителів рівнин починають відчувати дію висоти на 2500–3000 м, а при напруженій фізичній роботі – і на менших висотах. На висоті близько 4000 м навіть в абсолютно здорових людей з'являється легке нездужання, а гостра гірська хвороба реєструється у 15–20 учасників підйому. На висоті 6500–7000 м повна акліматизація, вірогідно, взагалі неможлива, у зв'язку з чим учасники експедицій на восьмитисячники світу відзначають багаточисленні функціональні розлади і прогресуючі ознаки гірської хвороби. У висотному альпінізмі існує термін «летальна зона» або «зона смерті». Існують межі, перебування вище за яких призводить альпіністів до загибелі. На висотах більше 8000 м людина може знаходитися за рахунок внутрішніх резервів не більше 2–3 днів, поступово втрачаючи опірність до дії висоти. Правда, досвід останніх гімалайських експедицій, під час яких багато учасників після успішної ступінчастої акліматизації не використовували кисневі апарати, декілька розширює наші уявлення про межі переносимості кисневої недостатності.

Три золотих правила профілактики гірської хвороби такі:

1. Ніколи не підніматися вгору з симптомами гірської хвороби.
2. Якщо симптоми гірської хвороби посилюються, то обов'язково треба спускатися.
3. Якщо альпініст на висоті відчуває себе погано, то за відсутності явних ознак інших захворювань треба вважати, що у нього гостра гірська хвороба, і проводити відповідне лікування (Л. М. Сухарева, 2012).

Заходи щодо акліматизації до гірської хвороби фахівці рекомендують такі: поступовий набір висоти, постійний рух, днювання – до повного зникнення симптомів гірської хвороби, ступінчаста акліматизація. Фармакологічна профілактика проводиться з використанням вітамінів,

мікроелементів й амінокислот: аскорбінова кислота (добова потреба в умовах високогір'я – до 500 мг 2 рази на день), вітамін Е (200 мг 2 рази на день) і ліпоєва кислота (300 мг 2 рази на день), кальцію пангамат (2 пігулки по 50 мг), вітамін В<sub>3</sub> (1 пігулка по 100 мг), калію оротат, глутамінова кислота (2 пігулки/день), метіонін (3 пігулки/день), панангін (аспаркам) (1–2 пігулки/день), рибоксин (1–2 пігулки/день).

Дуже важливо знати, що жодні медикаментозні маніпуляції не повинні служити відстрочкою для спуску вниз. Зникнення симптомів гірської хвороби відбувається не відразу після спуску, і хворий має бути переданий під спостереження медичних працівників.

## **Розділ 7**

### **ЗДОРОВ'ЯЗАОЩАДЖУВАЛЬНІ РЕЗЕРВИ УДОСКОНАЛЕННЯ ТУРИСТИЧНОГО ПРОДУКТУ**

При зростанні попиту і постійній зміні туристського ринку конкуренція в туристичному бізнесі є надзвичайно високою. Тому компанії змушені звертати особливу увагу на задоволення різнопланових потреб клієнтів. У фірм, які не роблять цього, немає майбутнього. Саме тому індустрія подорожей потребує зростання кількості професіоналів у сфері менеджменту і маркетингу, які розуміють глобальні проблеми галузі туризму і своєчасно реагують, з одного боку, на зростаючі запити споживачів, а з іншого, – знають проблему стабільно прогресуючого погіршення здоров'я населення. Актуальність питання обумовлена тим, що нині туризм очолює список найважливіших соціально-економічних галузей світової економіки. Він стає стилем життя мільйонів людей на нашій планеті. Його благотворний вплив на розвиток політичних, соціальних, культурних зв'язків і міжособистісних відносин в міжнародному масштабі став для всіх очевидним фактом [135]. Діяльність туристичних фірм у загальному вигляді маркетингологи орієнтують на виконання трьох функцій:

1) організаційної – формування комплексних маршрутів для туристичних груп і туристів-індивідуалів на основі договорів із підприємствами туристичної індустрії;

2) посередницької – комплектування і продаж послуг і товарів туристичного призначення за дорученням підприємств-постачальників туристичних послуг;

3) торговельно-банківської – операції з обміну валют, страхування життя та майна туристів.

Зазначимо, що зазвичай туристичні компанії основну функцію – оздоровчо-рекреаційну – оминають або просто забувають. Навіть у підручниках з підготовки менеджерів і маркетингологів основну мету туристичних фірм визначають так: задоволення потреб споживачів у



туристичних послугах. Але ж відомо, що „краще бути здоровим і багатим”, ніж „багатим і хворим”.

### **7.1. Фізкультурно-спортивні інтереси і потреби громадян як передумова поширення попиту на турпродукт**

Нині у розвинених країнах світу фізична культура, спорт і туризм стали займати важливе місце в економіці. Зазначимо, що туризм, перш за все, ми розглядаємо як один з видів спорту й один із засобів формування фізичної культури особистості. За приблизними оцінками, в Європі на фізкультурно-спортивну галузь витрачається 2 млрд американських доларів (1996 р.). За даними Бюлетеня спортивної інформації «Кліринг Хаус», доходи населення є найбільшим джерелом фінансування фізкультурно-спортивної галузі. Збільшення кількості осіб, що займаються спортом, зокрема масовим спортом у межах міжнародного руху «Спорт для всіх», спричинило розвиток економічної активності в цій галузі. Спортивний сектор став важливою сферою активності в економіці всіх країн. У цей процес залучені значні суми і велика кількість робочої сили. Населення у 12 країнах Європи витрачає на спортивні товари і послуги близько 68 млрд доларів, а місцеві органи влади вкладають у спорт 17 млрд доларів. Французьким міністерством молоді та спорту було проведено дослідження джерел фінансування і призначень спортивних фондів. У дослідженні брали участь 12 країн Європи. Визначені основні джерела фінансування: держава через різні міністерства, регіональні і місцеві органи влади. У приватному секторі – це населення, корпорації та засоби масової інформації. Значний внесок робить праця волонтерів. Частка громадського і приватного фінансування по відношенню до ВВП була узагальнена і проаналізована нами з точки зору пріоритету того або джерела фінансування 12 країн Європи 16 років тому (1996 р.). Результати представлені у табл. 7.1 [83].

Як бачимо з таблиці, великої різниці в частці суспільного фінансування спорту по відношенню до ВВП серед 12 країн Європи не спостерігається. Найбільший внесок у доходи спортивної галузі робиться із громадських коштів в 5 країнах (Португалія, Франція, Бельгія, Німеччина, Фінляндія), розподілення доходів в яких знаходиться в межах 0,61–0,33 % від ВВП, у 7 країнах (Угорщина, Великобританія, Іспанія, Данія, Швейцарія, Італія, Швеція) – у межах 0,28–0,18 % від ВВП. Іншу картину бачимо у приватному фінансуванні спортивної індустрії: найбільший внесок від доходів населення є у Швейцарії (3,17 %), доходи від приватних джерел фінансування в межах 1,45–1,04 % від ВВП – в 3 країнах (Іспанія, Великобританія, Португалія). Трохи відрізняються і не перевищують 1,00 % дані по 5 країнах (Німеччина, Бельгія, Італія, Фінляндія, Франція), внесок у спорт з доходів від населення знаходиться у межах 0,88–0,63 % від ВВП. У 3 країнах (Швеція, Данія, Угорщина) приватні вливання у спортивну галузь складають від 0,48 до

0,28% від ВВП. Отже, приватне субсидування спортивної індустрії у 12 країнах Європи є більш значущим, ніж громадське.

Таблиця 7.1 – Доля громадського і приватного фінансування фізкультурно-спортивної галузі та спортивних фондів у країнах Європи (відносно ВВП)

№ п/п	Країна	ВВП, %	Джерело фінансування, рейтинг країни			
			Громадське	Рейтинг	Приватне	Рейтинг
1	Бельгія	0,80	0,36	3	0,78	6
2	Велика Британія	1,25	0,24	7	1,17	3
3	Угорщина	0,32	0,28	6	0,28	12
4	Німеччина	0,93	0,35	4	0,88	5
5	Данія	0,34	0,22	9	0,31	11
6	Іспанія	1,45	0,23	8	1,45	2
7	Італія	0,84	0,20	11	0,76	7
8	Португалія	1,16	0,61	1	1,04	4
9	Швейцарія	3,27	0,20	10	3,17	1
10	Швеція	0,62	0,18	12	0,48	10
11	Фінляндія	0,80	0,33	5	0,75	8
12	Франція	0,68	0,42	2	0,63	9

Як свідчать матеріали семінару із спортивного менеджменту (Едінбург, Шотландія), при всій відмінності спортивних клубів у Великобританії, вони мають низку спільних рис і передусім – статут клубу [146]. Основні статті доходів клубів – спонсорство (головним чином, місцеві компанії), гранти або дотації від громадських організацій, добровільні пожертвування, заходи щодо збору коштів (включаючи благодійні вечори), членські внески. Для залучення нових членів розробляються спеціальні програми. Існує своя шкала пріоритетів, де головна увага приділяється рекламним кампаніям для різних вікових груп населення, випуску і розповсюдженню різних брошур, друкарської продукції, контролю ефективності заходів, що проводяться. А в нас в Україні це є обов'язком лише працівників фізичної культури і спорту, що вони і намагаються робити, та, нажаль, виходить малоефективно. Дивно, але поки що в галузі туризму не зважають на таке: від того наскільки широко залучені у фізкультурно-спортивну сферу особи різного віку, залежить прибуток установ рекреаційної сфери, у т. ч. туристський бізнес.

Особлива увага у спортивних клубах Європи приділяється залученню добровольців (волонтерів). Наскільки ця форма кадрової політики є важливою, говорить хоча б той факт, що в середньому по Великобританії за діяння добровольців дає клубам економію близько 200 000 фунтів стерлінгів на рік.



У британській традиції хазяями рекреаційних клубів є власники мережі готелів, центрів відпочинку, які вийшли на фізкультурно-спортивний ринок для того, щоб йти в ногу із часом [33]. Наприклад, у «Логвуд лейжа клуб» вступний внесок складає 70 фунтів стерлінгів на людину, включаючи тест на фізичну підготовленість. Усі членські внески виплачуються щомісячно. «Золота карта» (36 фунтів) дозволяє вільно користуватися всіма спорудженнями у будь-який час (окрім масажного). Членство не в час пік коштує 24 фунти і дозволяє користуватися усіма спорудженнями з 9 ранку до 5 вечора по робочих днях і протягом усього дня по вихідних і святах. Діти до 16 років мають знижку і платять 1,50 фунта за візит (дорослі – 12,50). Дітей обов'язково має супроводжувати дорослий. У клубі є 25-метровий плавальний басейн, гімнастичний зал, класи аеробіки, кімната засмаги, парна, сауна, масажна, зал ароматерапії. Із клієнтами працюють 32 співробітники. Організуються конкурси краси і здоров'я, моди, зачісок із залученням косметичних фірм. Переможці нагороджуються різними оплачуваними туристичними поїздками. Клуб організований таким чином, що його можуть відвідувати інваліди.

Клубом «Імпалс фітнес сьют» володіє компанія, що має різні центри відпочинку. Членство в центрі коштує 12 фунтів на рік. Вступних внесків немає. Кожен, хто хоче користуватися оздоровчим клубом, має пройти ознайомлювальні курси. Члену центру це обходиться у 8 фунтів, не члену – 15 фунтів, студентам і безробітним – 4 фунти. «Золота» членська картка коштує 285 фунтів на рік і дозволяє користуватися будь-яким обладнанням клубу. Вартість відвідування 1 заняття – 2,75 фунта для члена центру, 3,25 – для не члена і 1,70 – для пільгових категорій. Клуб займає площу 1700 кв. футів. Є велика кількість і різноманітність тренажерів, спеціальна кімната для тестування фізичної підготовленості. Із клієнтами працює 6 співробітників, усі вони мають спеціальну підготовку. Співробітники, що працюють на повну ставку, мають різні наукові ступені в галузі спортивної науки [33]. У багатьох країнах діють різні типи спортивно-оздоровчих клубів:

- шкільні (рекреаційні, з видів спорту, за інтересами);
- студентські (рекреаційні, з видів спорту);
- на підприємствах і фірмах (рекреаційні, з видів спорту);
- за місцем проживання (рекреаційні, з видів спорту);
- при великих поліклініках, госпіталях і на курортах (лікувально-оздоровчі);
- спортивні клуби з видів спорту.

Залежно від контингенту тих, що займаються, розрізняють такі типи клубів: для дітей, для осіб середнього віку, літніх, інвалідів, сімей. Залежно від обраного виду спорту або пропонованих програм створені клуби аеробіки, бігу, боулінгу, бодібілдингу, гольфу, тенісу, плавання, ракетболу тощо. У великій кількості існують багатоцільові клуби. Вони служать для

задоволення найширшого кола спортивно-оздоровчих запитів клієнтів. Такі клуби, як правило, мають різні спортивні спорудження: плавальний басейн, спортзали для ігор, тренажерні зали, доріжка для бігу, зали для дітей тощо. Характер клубу визначається також його географічним розташуванням (місто, сільська місцевість, готель, парк, курорт, ділова частина міста), а також годинами роботи. У США з'явилися цілодобові оздоровчі клуби.

В Америці, де спорт вважається «другою релігією», а головна національна установка – лідерство і перемога, спортивно-оздоровчі клуби в процентному відношенні розподіляються так: багатоцільові – 23,7 %, клуби фізичної підготовки – 20,1, оздоровчі центри в парках, лікарнях і центри спортивної медицини – 17,5, клуби різних організацій – 10,2, корпоративні клуби – 9,3, клуби в готелях і курортах – 6,8, студентські клуби – 6,5, тенісні клуби – 5,6 %. У пресі США і Німеччини є дані, що до клубів малого бізнесу належать 70 % рекреаційних клубів. Їх середній прибуток не перевищує 3,5 млн дол. на рік; дець 1 % клубів мають більший прибуток. Багато клубів входять у різні асоціації – такі, як корпорація клубів Америки, корпорація здоров'я і тенісу, асоціація клубів вищого розряду, а також інші багаточисельні громадські асоціації [187].

На жаль, про таку мережу реально існуючої системи оздоровлення нації незалежна Україна і мріяти поки не може. Але ж не так давно – за часів СРСР усе це було і дуже ефективно працювало протягом 70 років. Усі фахівці знають, що саме радянська система оздоровлення нації, що була розроблена ще до Великої вітчизняної війни, була взята за основу, успішно реалізована і збережена до теперішнього часу всіма провідними країнами – світовими лідерами. Основними ланками цієї системи були: виробнича гімнастика, дитячі спортивні клуби за місцем проживання (при ЖЕКах), на заводах, у колгоспах. Працювали по 1–2 студентських спортивних таборів у кожному виші. Проводилася фізкультурно-оздоровча робота у піонерських таборах, які обов'язково були у кожного підприємства, установи, навчального закладу. Усіма цими надбаннями скористалися інші країни, зокрема США і Японія. Впродовж 70 років існувала ретельно продумана структура галузевої приналежності спортивних клубів. Найбільш багаточисельними були такі фізкультурно-спортивні товариства: «Буревісник» – для студентів, «Трудові резерви» – для молоді середніх спеціальних навчальних закладів (училищ і технікумів), «Колос» – для сільського населення, «Зеніт» – для працівників (і членів їхніх сімей) галузі військово-промислового комплексу, «Динамо» – для працівників установ Міністерства внутрішніх справ, «Локомотив» – для залізничників і їхніх дітей. За окремими видами спорту у Всесоюзних змаганнях були лідерами команди «Спартак» і «Авангарду». До речі, деякі галузеві Міністерства (завжди – «Локомотив», періодично – «Буревісник») субсидували участь своїх представників на змаганнях міжнародного і світового рівня. Для дітей систематично проводилися безкоштовні змагання (від дворового до світового рівня), включаючи тренувальні збори з харчуванням і проживанням у різних містах і республіках. Про це треба

знати, пам'ятати і прагнути відродити позитивний досвід. Адже позитивний результат від здоров'я й економічна вигода від здорового населення важливі для усіх: для країни – здорова нація, а значить, і здорова держава, для бізнесу – доходи і прибуток, для населення – здоровий спосіб життя, уповільнення процесів старіння, розширення круга інтересів, спілкування.

За останній час характер і спрямованість спортивно-оздоровчих клубів Європи дещо змінилися. Якщо раніше переважав суто оздоровчий, рекреаційний або змагальний аспект, то тепер програми стали набагато складніші та серйозніші. Велика увага приділяється жінкам і дітям: жінки приходять займатися фізичними вправами, а діти грають, танцюють. Особливу популярність мають клуби, де працюють персональні інструктори: з жінками, що мають надмірну вагу; з літніми людьми, що не мають досвіду занять; з особами, охочими серйозно займатися (на результат) шейпінгом і бодібілдингом. За персональну опіку члени клубу готові платити по 25 дол. за годину.

Швейцарська спортивна асоціація провела дослідження за станом справ у різних спортивних клубах: у 1983 році їх було 22183, у 1993 році – 25546 [105]. У 14 федераціях кількість спортклубів зросла більш ніж на 20 % (гімнастика, бобслей, гольф, спорт на підприємствах, хокей на роликів ковзанах, бадмінтон, легка атлетика, стрибки у воду, стрільба з лука, танці, спорт для інвалідів, регбі, міні-гольф). Збільшили кількість своїх клубів такі федерації, як бадмінтон, сквош, теніс. Величезною популярністю користуються водні види спорту, окрім веслування.

Олімпійський комітет Бельгії спільно з медичним тижневиком провели анкетування населення і встановили: загальне число тих, хто займається фізкультурно-спортивною діяльністю, складає 34,6 % від усього населення. Серед тих, хто постійно тренується, виділяються особи 15–24 років; непостійно займаються спортом 25–44-річні; після 44 років захоплюється спортом незначна кількість людей. Чим вищий рівень освіти, тим вище відсоток тих, хто займається тим чи іншим видом рекреації. Чоловіки віддають перевагу м'ячу, ракетці та плаванню, жінки – плаванню, гімнастиці й тенісу. Серед фізично активних і тих, хто займається спортом, 43,4 % не проходять попереднього медичного обстеження. І населення, і лікарі Бельгії вважають, що зацікавити дітей і дорослих займатися спортом мають, перш за все, школа і вихователі. Ми ж згодні з нашими фахівцями, що на формування потреби вести здоровий спосіб життя, в першу чергу, впливають батьки, а потім вже лікарі й педагоги.

У Німеччині в рамках акції «Спорт для всіх» створена програма «Піраміда фізичної підготовки» [105]. У цій країні з багатими і всесвітньо відомими традиціями оздоровлення нації (наприклад, у 60–70-ті роки ХХ ст. була дуже популярною програма «Роби з нами, роби як ми, роби краще за нас») на період 1993 р. займалися спортом 69 % населення. Більшість людей ведуть здоровий спосіб життя і правильно харчуються. Проте мало хто усвідомлює нерозривний зв'язок у системі «спорт–харчування–відпочинок».

Нову оздоровчу програму у вигляді проспектів можна знайти в аптеках. Кінцева мета програми – прищепити людям розуміння і бажання займатися спортом, збалансовано харчуватися і правильно відпочивати не лише протягом 30 днів відпустки. Велике число німецьких громадян вважає за краще займатися спортом на природі. Тому спортивні клуби приділяють велику увагу навколишньому середовищу. У 1993 р. в Німеччині була заснована компанія «Спортивна асоціація відповідальності за навколишнє середовище». Проект був здійснений за ініціативою одного з футбольних клубів, а також оргкомітету свята німецької гімнастики. За фінансування, головним чином, узялося Міністерство внутрішніх справ.

За ініціативою Європейської комісії [121] почала впроваджуватися програма «Євратлон», спрямована на забезпечення фінансової підтримки ініціатив, які повинні дати людям відчуття своєї приналежності до багатонаціонального, але єдиного співтовариства. Програма охоплює такі аспекти:

- спортивну діяльність, спрямовану на поліпшення зв'язків між громадянами Європи. Усе це проходитиме в рамках руху «Спорт для всіх»;
- тренувальний процес для спортсменів, а також діяльність спортивних менеджерів, тренерів, інструкторів, суддів;

Спочатку пріоритет віддається програмам обміну для молоді та жінок. Головна мета – обмін досвідом між спортивними федераціями і навчальними інститутами. Програма, зокрема, направлена на зростання масовості спорту, підвищення його змагальності, зайнятості населення. Спорт розглядається як чинник, який сприяє створенню нових робочих місць.

Таким чином, прагнучи до міжнародної співпраці у різних сферах діяльності, необхідно пам'ятати, що рівень фізкультурно-спортивних інтересів нації та наявність можливості їх задоволення значно позначаються на пріоритетах при ухваленні рішень, а також на соціально-культурній і аксіологічній сфері особистості.

Наведені дані доцільно використовувати також для того, щоб пропонувати туристичний продукт, орієнтуючись на рівень і спрямованість фізкультурно-спортивних інтересів і потреб потенційних туристів, охочих відвідати нашу країну. При дослідженні можливостей більш тісної інтеграції України у міжнародне співтовариство представлені дані слід враховувати в менеджменті й маркетингу всіх сфер фізичної культури і спорту, особливо в такій перспективній, як туризм.

## **7.2. Організаційні резерви туристичного бізнесу**

За змістом та характером своєї основної діяльності туристичні підприємства є свого роду посередниками між споживачем (туристом) та виробництвом окремих туристичних послуг (засобами розміщення туристів, транспортними організаціями, підприємствами харчування, спортивно-оздоровчими послугами). Однак, звертаємо увагу на суттєве зміщення

акцентів. Адже доставка, розміщення і харчування туристів – це не мета туристичних підприємств, а супутні заходи із супроводу основних – спортивно-оздоровчих послуг.

У рамках загального підходу до туризму виділяють певні етапи організації роботи туристичних фірм. Починається усе з визначення конкретних пунктів розміщення й типів пропонованих об'єктів і трас туристичних маршрутів. Ці маршрути і схеми враховують зацікавленість внутрішнього, іноземного, молодіжного та шкільного туризму, обслуговування місцевих і приїжджих контингентів населення, а також інших видів і форм активного відпочинку населення.

Незважаючи на корпоративну зацікавленість організаторів туристичного бізнесу у якнайбільших прибутках, навіть всупереч відповідальності за наслідки щодо стану здоров'я споживачів, життя змушує переглядати існуючі підходи і ставити перед собою нові цілі. І чим більш освіченими будуть споживачі, чим ретельніше піклуватимуться про безпеку свого здоров'я і ретельніше обиратимуть туристичні тури, тим вищою буде якість послуг. Ми впевнені, що конкуренція в оздоровчій рекреаційно-туристичній індустрії змусить туристичні підприємства нести соціальну відповідальність за наслідки своєї роботи, в тому числі й відносно здоров'язабезпечення клієнтів [124].

Вивчаючи питання щодо пошуку резервів удосконалення якості туристичного продукту, була проаналізована дана літератури з менеджменту і маркетингу в туризмі з точки зору оцінки значущості здоров'я споживача для туристичних послуг бізнесу [123, 132, 157]. У роботах з економіки туризму ми не знайшли цифрового значення грошового еквівалента фізіологічної вартості якісних і неякісних щодо користі або шкоди для здоров'я цих послуг [112, 114].

Знаючи достовірну статистику відносно катастрофічно слабкого здоров'я найбільш мобільної частини суспільства – українських школярів і студентів, дивно читати фрази в роботах з маркетингу типу: «Кожне туристське підприємство несе матеріальну відповідальність за власні збиткові операції. Питання підприємницького ризику має бути в центрі уваги будь-якої туристської фірми, зниження цього ризику може бути досягнуте лише шляхом максимально точного використання концепції маркетингу» [135]. Йдеться про грошове вимірювання прибутку за наслідками роботи, про фінансовий ризик. Чому ж не йдеться про збитки й економічні втрати споживачів унаслідок непрацездатності після туристичних подорожей? Адже у віці 17–19 років 35–50 % студентської молоді має від 1 до 5 нозологічних одиниць захворювань, а у 40 і більше років, як правило, вже є цілий «букет» хвороб [88, 113]. А це є протипоказанням до застосування певних бальнеологічних чинників і фізичних навантажень.

### **7.3. Вплив туризму на організм людей різного віку, стану здоров'я і рівня фізичної підготовленості**

Дія факторів зовнішнього середовища на організм людини, а також їхній вплив на швидкість адаптаційних процесів мають вирішальне значення для успішної трудової та спортивної діяльності. Вивченням цього питання займалися Ф. П. Суслов, В. С. Фарфель, А. Д. Бернштейн, С. П. Летунов, Е. Б. Гіппенрейтер і багато інших. Так, наприклад, встановлена залежність працездатності людини від висоти перебування над рівнем моря. Зокрема перебування на середніх і значних висотах характеризується зниженням працездатності організму, супроводжується різким посиленням і навіть розладом діяльності серцево-судинної, дихальної, травної та нервової систем (Н. І. Волков, 1970). Серед психічних процесів в умовах походу особливе місце займає спрямованість, вибірковість і зосередженість уваги [50].

У літературі з фізичної культури і спорту представлений величезний обсяг наукового матеріалу з питань позитивного і негативного впливу туризму на організм людей різного віку, стану здоров'я і рівня фізичної підготовленості [23, 50]. В. А. Бомін, Є. В. Бірюкова вивчили вплив фізичних навантажень при проведенні походу вихідного дня в умовах середньогір'я на деякі функціональні параметри людини: частоту серцевих скорочень, температуру тіла і лабільність нервових процесів [23]. Дослідження проводилися восени в районі м. Іркутськ під час туристичного походу маршрутом Слюдяна – метеостанція – Пік Черського – метеостанція – Слюдянка. Загальна протяжність маршруту склала 46 км із перевищенням висоти більше 1600 м. У дослідженні взяло участь 17 студентів, які не мають протипоказань до занять фізичною культурою. Студенти були розділені на 4 групи за ступенем фізичної підготовленості: група 1 – ті, що займаються туризмом більше 2 років (підготовлені), група 2 – студенти, що займаються різними видами спорту (аматори), група 3 – студенти, що не займаються спортом, але мають навички походу вихідного дня, група 4 – студенти, що не займаються спортом і не мають таких навичок. Вимірювання обраних показників проводилися у спокої – після 6-годинного рівномірного навантаження на дистанції 18 км з підйомом на висоту 1300 м, у спокої – наступного дня після сну, після 10 км навантаження до Піку Черського і назад, з підйомом 400 м. Потім у спокої – в електропоїзді через 30 хв після рівномірного навантаження на дистанції 18 км, у спокої – через 3 дні після завершення походу. Результати вимірювань ЧСС показують, що студенти-спортсмени, які мають попередню туристичну підготовленість (1 група), краще переносять навантаження і швидше відновлюються після неї, ніж аматори й інші студенти (групи 2–4).

Оскільки оптимальна робота клітин, тканин, органів і організму в цілому можлива при певних значеннях зміни температури тіла [175], для контролю за адаптаційними процесами дослідники вимірювали температуру тіла туристів. Було встановлено, що найбільші відмінності змін температури

спостерігаються у спокої (після сну), після тривалого фізичного навантаження (від 36,3°C у підготовлених, до 35,7°C у не підготовлених студентів). Через 3 дні після навантаження не підготовлені студенти мали підвищену температуру і погане самопочуття, що вказує на надмірність фізичного навантаження. Вивчення властивостей лабільності нервових процесів виявило чітку тенденцію до збільшення показників швидкості й психологічної стійкості до зовнішніх впливів. Отже, студенти, що займаються фізичною культурою і спортом, мають кращі адаптаційні резерви організму, які виявляються не лише у кращій витримці фізичного навантаження в умовах середньогір'я, але й у більш швидкому відновленні після неї. Для студентів, що не займаються спортом і не мають навичок походу вихідного дня, це ж фізичне навантаження призвело до адаптаційного зриву і необхідності тривалого відновлення організму.

Динаміку адаптації спортсменів-туристів в умовах гірської місцевості вивчав Д.Д. Газізов [50]. Новизна роботи полягала в тому, що був заданий короткостроковий адаптаційний період для спортсменів-туристів у поході на різних висотах, при фізичних навантаженнях і різних кліматогеографічних чинниках. Вивчався вплив високогір'я на процеси уваги і динаміку адаптації в осіб, що займаються гірським туризмом, мають різний спортивний стаж і «висотний досвід» діяльності в горах. Вирішувалися завдання з вивчення адаптивних змін різних властивостей уваги в умовах гіпоксичних станів (високогір'я). За результатами роботи були вироблені рекомендації з адаптивної підготовки туристів. Територією проведення експерименту були гори Центрального і Північного Тянь-Шаня (П. Тянь-Шань) і Приполярного Уралу (Пр. Урал). Обстежувалися спортсмени-туристи ( $n = 60$ ) віком від 18 до 28 років, що раніше здійснювали складні походи (стаж занять спортом 1–9 років). Серед них з досвідом роботи на висоті до 3000 м – 21 особа, більше 3000 м – 39 осіб. До тестування допускалися особи з гарним фізичним і психічним самопочуттям на момент дослідження. Етапи експерименту передбачали аналіз зміни уваги спортсменів у ході спортивного походу при перенесенні вантажу по перетнутій місцевості на великі відстані, при зміні висоти (тобто зміна освітленості, киснева залежність тощо). Отримані результати порівнювалися з нормою – значеннями показників у звичних тренувальних умовах м. Сиктивкара. Подальші проби проводилися з висотним інтервалом у 1000 м (на Тянь-Шані) і 700 м (на Уралі). Часовий інтервал між пробами був різний і залежав від складності ділянки маршруту, що проходили спортсмени. Властивості уваги досліджувалися за допомогою коректурної проби (тесту Бурдона). Визначалися показник точності, показник темпу роботи і коефіцієнт продуктивності роботи. Тестування проводилося в один і той же час доби – приблизно через дві години після нічного сну в дні з гарною погодою і достатньою сонячною освітленістю. Дослідження проводилося у декілька етапів з серпня 2005 р. по січень 2008 р.

Отримані результати дозволяють припустити, що на якості уваги впливають такі чинники, як температура повітря, сонячна освітленість,

вологість повітря, тобто кліматогеографічні характеристики району, а не лише атмосферний тиск і гіпоксія [50].

Встановлено, що на якість уваги також впливає наявність попереднього досвіду діяльності на цих висотах. У людей, які вперше здійснювали висотну подорож, спостерігається первинний «сплеск» з подальшим різким пониженням значення показника. Тобто особи, що не мають належного рівня фізичної підготовленості, «вичерпують» резерви організму швидко, і подальша висотна адаптація проходить повільно. У поході це проявилось в нездатності здійснювати планомірну діяльність, що спричинило необхідність перерозподіляти навантаження, змінювати темп руху і графік маршруту. В учасників туристичних походів, що мають висотний досвід, показники уваги трохи змінюються на перших етапах адаптації. Потім значення збільшуються в період реадaptaції – у період інтенсивної висотної діяльності під час походу з подолання льодовиків, скель, перевалів і вершин. Показники якості уваги залишаються високими. Отже, адаптаційні процеси в організмі (за показниками якості уваги) у спортсменів, що мають висотний досвід, проходять швидше. Психоемоційний і руховий досвід перебування і здійснення фізичної роботи, набутий на попередніх етапах гірських походів, зберігається, ніби „записуючись” в оперативну пам'ять. Механізми адаптації активізуються, усі фізіологічні процеси мобілізуються в особливо небезпечних для життя ситуаціях.

На швидкість адаптації учасників експерименту з досвідом сходжень до 3000 м вплинуло короточасне перебування на висоті більше 3000 м. Відновна реадaptaція проходила на звичних висотах, а надалі нормальна адаптація до висот – на висоті більше 3500 м. Для висоти 3000 м адаптаційні заходи можуть бути зведені до плавного набору і пониження висоти протягом 8 годин. Адаптація до висот більше 3000 м вимагає тривалішого періоду – як мінімум 12 годин без навантаження. У процесі експерименту Д. Д. Газізовим отримані такі важливі, достовірно значущі результати:

- активна високогірна адаптація є методом, що підвищує стійкість організму до безлічі несприятливих кліматогеографічних чинників;
- адаптація дозволяє людині на високому рівні стійкості уваги оптимізувати використання фізичних і психічних сил, зберігаючи при цьому достатньо високий рівень дієздатності;
- на процес адаптації організму до висоти впливає «висотний досвід», тривалість і цілеспрямованість попередньої підготовки людини; імітуючи параметри кліматогеографічних характеристик району в період тренувальної діяльності, можна прискорити процес адаптації до високогір'я [50].

Як показав експеримент, територія Приполярного Уралу з висотами від 1000 до 2000 метрів може бути прирівняна до висот від 3000 до 4000 метрів Середньої Азії за дією навколишнього середовища на організм людини і на рівень її діяльності. Це треба враховувати тим, хто організовує походи, оскільки можливі випадки висотної та гірської хвороби в горах



Приполярного Уралу вже на висотах 1000–2000 м. Процес адаптації може бути керованим: діапазон зміни висоти, в якій він є найбільш вдалим для туристів, що вперше потрапили у високогір'я, обмежується висотою 3000 м, надалі – інтервалами по 500–700 м набору висоти за значний проміжок часу. Різкі стрибкоподібні набори висоти в короткий проміжок часу спричиняють депресивний стан організму, психічні зриви і неадекватну поведінку.

Отже, вплив на організм людини кліматогеографічних особливостей району подорожі має враховуватися при класифікації маршрутів гірського і пішого видів туризму. Потрібна попередня робота з учасниками у вигляді тренувальних занять з акцентом на виховання достатньо високого рівня працездатності в умовах, наближених до реальних. Ці та багато інших наукових даних треба вивчати фахівцям, чия професійна діяльність пов'язана з туристичною справою. Адже вони несуть пряму відповідальність за стан здоров'я своїх клієнтів.

## **Розділ 8**

### **ВИКОРИСТАННЯ ТУРИЗМУ У ВИХОВНІЙ РОБОТІ ВИШУ ІНЖЕНЕРНО-ТЕХНІЧНОГО ПРОФІЛЮ**

Зважаючи на тісний зв'язок між культурою й туризмом, а також значущість цих сфер діяльності для формування цінностей людини, Рада Європи та організації міст світової спадщини (OWHC) зазначають наявність попиту на культурно-оздоровчий туризм [186]. Не є винятком і Україна. В Законі України про туризм державна політика у галузі туризму визначена так: “Держава проголошує туризм одним з пріоритетних напрямків розвитку національної культури та економіки і створює сприятливі умови для туристичної діяльності” [2, С. 3]. Туризм надає унікальну можливість для взаємного впливу, збагачення й розповсюдження всього комплексу історичних, духовних і культурних цінностей держави. Він є потужним фактором діалогу цивілізацій. До одних з основних напрямків державної політики України у галузі туризму належать “залучення громадян до раціонального використання вільного часу, проведення змістовного дозвілля, ознайомлення з історико-культурною спадщиною, природним середовищем, організація оздоровлення населення та ін.” [2, С. 4].

#### **8.1. Соціокультурне значення туризму**

Оскільки особистість людини формується в основному у молоді роки, доцільність використання туризму для формування культури студентської молоді є очевидною. У той же час існують суперечності між об'єктивним зростанням потреб населення у туристично-екскурсійних послугах і недостатнім використанням наявної матеріально-технічної бази туристичного сектора. Рівень задоволення пізнавальних потреб населення як

за часів існування Радянського Союзу, так і зараз залишається досить низьким – деє до 27 %. Якщо раніше більшість туристичних маршрутів було зорієнтовано на групове обслуговування, то зараз спостерігається елітарність тенденцій розвитку туризму [177].

У роботі Л. М. Устименко встановлено, що з 465 респондентів віком до 35 років після поїздок культурно-пізнавального характеру в майбутніх подорожах налаштовані поповнити свої знання більш ніж 50 % осіб. Виявилось, що у 45 % респондентів після подорожей пробуджується почуття патріотизму та громадського обов'язку стосовно власної держави, 80 % опитаних хотіли б у подальшому використовувати туризм для свого дозвілля. За літературними даними серед молоді – клієнтів туристичних фірм – найбільшим попитом користуються рекреаційний, пізнавальний та освітній туризм (50 %, 30 % та 20 % відповідно). Однак, реальністю є те, що 80 % обстежених клієнтів фірм є молодь із категорії “нових українців”. Отже, існує проблема рівнодоступності туризму для молоді з різним соціально-економічним статусом [177]. За цих умов привертає увагу розбудова системи самодіяльного туризму спортивно-оздоровчого, рекреаційного і пізнавального спрямування. Одна з гілок цієї системи – студентські туристичні клуби. За останні 5 років спостерігається стабілізація їхньої роботи [78, 156]. Саме ці клуби дозволяють значною мірою пом'якшити суперечності між соціальними потребами в організації дозвілля молоді та матеріальними можливостями їх задовольнити за допомогою туристичних фірм.

Відповідно до Закону України введення туризму в програми навчання молоді є важливим елементом її освіти і виховання [2, С. 29]. Зусиллями педагогів-туристів, ентузіастів-інструкторів, за підтримки кафедр фізичного виховання і спорту, представників адміністрації вишів у багатьох вищих навчальних закладах м. Харкова були збережені сталі традиції самодіяльних туристичних студентських клубів. Ці клуби вирішують завдання державного рівня – пізнавальні, рекреаційні, виховні. Мандрівки допомагають молоді, особливо з провінції, пізнавати світ, накопичувати досвід, формувати світогляд. Під час подорожей і підготовки до них юнаки і дівчата поліпшують своє здоров'я, отримують нові враження, що здебільшого позитивно впливає на їхній фізичний і психічний стан. Як відомо, використання психофізичних навантажень у різних клімато-географічних умовах сприяє тренуванню механізмів адаптації людини. Після далеких мандрів студенти не тільки набувають певного досвіду, вчатьсЯ з терпінням долати незручності, загартовують волю, але ще більше починають любити свій край, цінувати його, з толерантністю і повагою ставитися до культури, традицій, вірувань, світогляду інших народів [174].

Незважаючи на очевидну актуальність, проблема використання туризму як засобу виховання особистості, формування інтересів студентів і залучення їх до цілеспрямованого самовдосконалення, на жаль, педагогами-дослідниками в літературі висвітлена недостатньо. Деякі аспекти

використання оздоровчого туризму в роботі зі студентами, що мають ослаблене здоров'я, потребують окремого вивчення.

За літературними даними у теперішній час серед абітурієнтів, а в подальшому – студентів 1 курсу багатьох вузів, є лише 12–16 % тих, хто не має суттєвих відхилень у стані здоров'я, тобто є абсолютно здоровими. Чисельність студентів з ослабленим здоров'ям або низьким рівнем фізичного розвитку сягає 70–80 %. Значна кількість цих студентів із причин низького рівня матеріального і соціального стану сім'ї не можуть раціонально і якісно харчуватися, лікуватися, оздоровлюватися і відпочивати. Унаслідок цього негативний психофізичний і соціальний статус юнаків і дівчат за студентські роки ще більше знижується, погіршуються природні механізми адаптації, у тому числі й до студентського життя.

Оскільки, окрім оздоровчої спрямованості, особливістю туризму є його органічний зв'язок із природою та світоглядом людини, ми поставили за мету вивчити вплив занять оздоровчим туризмом на фізичний стан, мотиваційну і комунікативну сферу студентів з ослабленим здоров'ям. Дослідження проводилося у кілька етапів. На першому етапі було обстежено 60 студентів 1–4 курсів, що займалися оздоровчим туризмом [27, 138]. За станом здоров'я 30 % обстежених були зараховані до спеціальної, 15 % – до підготовчої медичної групи, усі інші – визнані практично здоровими. Близько 60 % студентів були представниками сільської молоді. Вивчаючи місце здоров'я у системі життєвих цінностей студентів, було встановлено таке. Найбільш значущою цінністю вважають здоров'я 37 % респондентів. З метою його покращення лише у 28 % випадків студенти використовують немедикаментозні засоби реабілітації та профілактики (прогулянки, лікувальну і ранкову гімнастику, відвідують фізкультурно-оздоровчі клуби за інтересами). Свій відпочинок, у тому числі й на канікулах, вважають неповноцінним 23 % студентів. Під час літніх канікул займаються фізичною працею на полях, городах і в садах біля 70 % обстежених. Активний відпочинок проводили на морському узбережжі, у горах, санаторіях-профілакторіях і турбазах 16 % респондентів. Тобто значна кількість обстежених студентів з ослабленим здоров'ям має у побуті значні фізичні та психічні навантаження, а можливості відновлення здоров'я у них обмежені.

Другий етап дослідження був спрямований на порівняння фізичного стану студентів і наявності стійкої звички займатися фізкультурно-оздоровчою діяльністю. Протягом двох років було обстежено дві групи по 20 студентів 1–3 курсів, що займалися фізичним вихованням у одного й того ж викладача [58]. Перша група відвідувала навчальні заняття за академічним розкладом і не була зорієнтована на участь у туристичних походах. Студенти другої групи на початку навчального року були ознайомлені з традиціями і роботою туристичного клубу, мали можливість відвідувати тренування туристів, спілкуватися з ними, брати участь у походах вихідного дня, святах авторської пісні та інших заходах. За узгодженням з лікарем, усі бажаючі пройшли відповідну підготовку і були зараховані до складу групи для участі

у 10-добовому травневому поході по горах Криму. Під пильним наглядом досвідчених інструкторів і свого викладача всі студенти пройшли три радіальні 20-кілометрові маршрути по плоскогір'ю, двічі сходили на висоту до 1500 м, а також здійснили заплановане максимальне сходження на висоту 1542 м над рівнем моря. Відповідно до плану студенти були залучені й до пізнавальної діяльності. Вони відвідували культурно-історичні пам'ятки кримського регіону, художні виставки і музеї, природний заповідник, буддійський монастир, фестиваль фольклорної творчості. За своєю ініціативою проводили конкурси і змагання театральнo-пісенного, кулінарного і спортивного напрямків.

Після походу було проведене повторне обстеження студентів за державними тестами фізичної підготовленості. Воно показало таке. Використання оздоровчого туризму як форми раціонального відпочинку і реабілітації студентської молоді з різним рівнем здоров'я, соціального і матеріального стану дозволило покращити фізичний стан і перейти з підготовчої до основної медичної групи 15 % обстежених студентів. У більшості з них також підвищився рівень сформованості дозвіллевої культури, комунікабельності, з'явилася стійка мотивація до покращення свого здоров'я. Майже всі знайшли собі нових друзів.

Отримані результати дослідження свідчать про доцільність у нефізкультурних вишах більш активно й широко застосовувати оздоровчий туризм у педагогічній роботі не тільки кафедр фізичного виховання, а й кафедр педагогічного, історико-культурологічного, екологічного та інших профілів.

## **8.2. Організація екологічного виховання студентів засобами туризму**

У туристичній діяльності студентів домінуючими мотивами, за даними Т. П. Кононенко, є можливість встановити комунікативні, дипломатичні й ділові контакти, проявити організаторські здібності, набути навички демократичного стилю керівництва [92]. На значимість екологічного виховання засобами туризму найчастіше наголошують самі тренери-інструктори.

Спортивно-оздоровчий туризм часто базується на самоорганізації. Організатори, та й самі туристи мають знати наступне. Відповідно до діючих «Правил організації та проведення спортивних походів на території України» спортивні туристичні походи можуть бути організовані та проведені колективами фізичної культури підприємств, установ, колгоспів, радгоспів, загальноосвітніх шкіл і позашкільних установ, оздоровчими туристсько-спортивними таборами, туристськими базами і комплексами, спортивними і туристськими клубами, зокрема вишів, туристсько-спортивними спілками і федераціями, відомчими організаціями, комітетами з фізичної культури і спорту [19]. Установа, що організує і проводить похід виконує покладені на неї функції, основні з яких наведені нижче.

- Затверджує керівника групи та її склад, здійснює контроль за підготовкою групи до походу, забезпечує її необхідним спорядженням.
- Створює умови для фізичної, технічної, спеціальної й теоретичної підготовки учасників.
- Організовує консультації фахівців з питань запобігання травматизму і надання першої медичної допомоги, забезпечує проходження учасниками медичного огляду.
- Організовує перед туристами виступи-бесіди працівників служби міліції та місцевих організацій служби охорони природи про дотримання правопорядку під час проходження маршрутів, про охорону природи.
- Організовує інструктаж туристських груп з дотримання ними правил пожежної безпеки, запобігання пожеж і про способи їхнього гасіння. Доводить до відома туристських груп вимоги про використання в пожежебезпечний сезон лісових ділянок для облаштування стоянок лише за узгодженням з лісгоспами за умови облаштування на цих ділянках місць для розведення вогнищ і збирання сміття.
- Забороняє вихід туристських груп, якщо за даними органів гідрометеослужби на трасі маршруту спостерігаються або очікуються особливо небезпечні явища, що загрожують безпеці учасників походу і якщо є рішення місцевих органів управління про закриття районів.
- Контролює дотримання групою встановлених контрольних термінів проходження маршруту.
- У разі порушення групою встановлених термінів негайно зв'язується з відповідними федераціями туризму для з'ясування місцезнаходження групи і надання їй, у разі потреби, допомоги.
- Покриває витрати, пов'язані з проведенням пошуково-рятувальних робіт.

Керівник походу обирається туристською групою і затверджується організацією, що проводить похід. Він несе відповідальність за підготовку групи до походу і його проведення відповідно до зазначених Правил. Керівник комбінованого походу повинен мати відповідний досвід керівництва походами з різних видів туризму, що становлять маршрут цього походу.

Будь-який туристичний похід планується, організовується і готується. По суті, він починається задовго до виходу групи на маршрут і завершується набагато пізніше після закінчення його активної частини. Ця багатогранна і трудомістка робота включає чотири послідовні етапи: організацію, підготовку, проведення і підбиття підсумків походу. Це складний комплекс паралельних і послідовних заходів, що забезпечують досягнення поставленої мети і вирішення основних завдань при максимальному оздоровчому ефекті й цілковитій безпеці туристів. Ефективне керування цим процесом можливе на основі програмно-цільового планування.

Загальноновизнано, що туризм є одним з найбільш сприятливих видів діяльності щодо екологічного виховання молоді. Проте є багато фактів, що свідчать про руйнуючу дію туристів на природу з причин забруднення сміттям лісів, річок, виникнення пожеж від безграмотної поведінки.

Деякі приклади наслідків бездумного і непрофесійного розвитку туристичної індустрії наводить Ю. К. Васильєв, майстер спорту СРСР зі спортивного туризму, суддя 1 категорії, неодноразовий головний суддя Кубків і Чемпіонатів України з техніки спортивного туризму, учасник і керівник більше ніж 100 категоріальних походів (Кольський п-ів, Таймир, Урал, Памір, Тянь-Шань, Кавказ, Карпати, Крим, Байкал) [39]. Ось як він описує можливості різних куточків світу для виховання соціально-екологічного типу поведінки туриста і наслідки відсутності стереотипу такої поведінки.

Унікальна екосистема Червоного моря з кораловими рифами приголомшуючої краси зазнає значних збитків від збільшення кількості туристів у цьому регіоні. У Коста-Ріці річка Тортугеро, яка завжди вважалася судноплавною, здобула нездоланну перешкоду з побутового сміття, повалених дерев, пластикових мішків і пляшок. Як наслідок, вона вийшла з берегів і утворила запруду площею в 500 га, що представляє загрозу для сусідніх селищ і національних парків. Моторні човни сприяють розвитку берегової ерозії, розповсюдженню водних бур'янів і хімічних забруднювачів, замутненню води в дрібних водоймищах і завдають шкоди водоплавним птахам. Багато готелів скидають хлоровану воду з басейнів прямо у море. Щоб догодити туристам, охочим мати кімнату з видом на море і виходом прямо на пляж, готелі будуються поряд з водою, що призводить до ерозії ґрунту. Вирубка лісу, часті піші прогулянки туристів спричиняють осипи, оповзні та змив ґрунту. Полювання і рибна ловля скорочують популяції деяких видів тварин і риб. Присутність людей порушує життєдіяльність диких тварин, птахів і великих ссавців. Шум радіоприймачів і двигунів автомобілів заважає тваринам розмножуватися.

Отже, у результаті некваліфіковано і тому неправильно організованого масового туризму, а також байдужості організаторів і клієнтів, культурно-розважальна туристична діяльність часто чинить на природу руйнуючу дію.

Набагато безпечнішим для природного середовища є екологічний туризм, мета якого – не шкодити природі. Він передбачає дуже дбайливе ставлення до природи і людини в ній. Заняття екологічним туризмом допомагають змінити свідомість людини із суто споживчого ставлення до природи на пізнання її, єднання з нею і співпрацю, що і є основою екологічної культури. Проте на практиці формування ціннісного ставлення до природи є нелегким завданням, головним чином, через байдужість громадської думки до стану навколишнього середовища.

Інколи у роботах професійних спортсменів-туристів висвітлюються питання щодо виявлення найбільш характерних форм поведінки людей у природних зонах, що призводить до руйнування природної краси і багатства.

Автори дають характеристику основних заходів, яких треба дотримуватися у туристичних походах, щоб сприяти вдосконаленню екологічної культури молоді. На основі наукових досліджень автори формулюють основні принципи поведінки на природі, що є основою екологічної культури. Далі ми зупинемося на них.

Основою екологічного виховання засобами й у процесі туристичної діяльності є залучення студентів до активної участі в охороні навколишнього середовища. Запобігання пожежам у лісах і активна участь у їхній ліквідації – один з елементів такого виховання. Крім запобігання пожежам, студенти разом з наставниками беруть участь у порятунку мешканців лісу, що потрапили в біду. Туристів вчать, що пожежу в лісі може викликати пляшка, що сфокусувала і відбивала промені сонця випуклим дном у вигляді лінзи. Як виявляється, звичка очищати природу від сміття залишається у студентів-туристів із студентських років на вусе життя. Зауважимо, що це є результатом реальної цілеспрямованої виховної роботи з екологічного виховання тренерами туристів-професіоналів, для яких життя і діяльність у природі – покликання душі та готовність тіла. Цього, на жаль, не можна сказати про менеджерів туризму, турагентів, туроператорів, інших працівників туристичного бізнесу, які часто не вміють навіть розпалити багаття, не те що загасити пожежу.

Під керівництвом тренера з багатолітнім стажем роботи у туризмі Ю. К. Васильєва екологічну освіту через участь у походах одержали не одне покоління студентів. На сьогодні це в середньому сотні і навіть тисяча юнаків і дівчат, адже протягом 40 років тренерсько-викладацької діяльності щорічно здійснювалося від 3 до 10 категорійних походів по 6–8 осіб і приблизно 10 некатегорійних походів по 6–15 осіб у кожному. Крім того, в НТУ «ХПІ» цей тренер протягом більше 30 років проводить регулярні заняття у «Школі туризму», яку відвідують щорік 20 слухачів. За цей час пройшли навчання близько 600 осіб. Аналогічна «Школа туризму» велася автором за часів СРСР на факультеті громадських професій з відділенням туризму в Харківському інституті механізації сільського господарства.

Такий самий значущий для суспільства внесок у виховання громадської свідомості, дбайливого і відповідального ставлення до природи роблять тренери-викладачі інших вишів. Зокрема, В. І. Смирнов, кандидат технічних наук, кандидат у майстри спорту СРСР з туризму, Президент організованого ним спортивного клубу «СКІПЛ» (спортивний клуб інтелігентних і порядних людей) Харківської області разом із К. Л. Паніною, майстром спорту СРСР, старшим викладачем Харківського національного аграрного університету ім. В. В. Докучаєва упродовж кількох десятків років на громадських засадах займаються патріотичним вихованням молоді, а також осіб інших вікових категорій, використовуючи засоби спортивно-оздоровчого туризму [26]. Для цього вони розробили, відкоригували і багато разів випробували низку маршрутів, деякі з яких наведені нижче.

Траса під назвою «Мир і злагода» ім. Ю. І. Григоренко-Пригоди починається у м. Харкові від меморіалу «Дробницький яр» і проходить далі по струмку у долину р. Роганка до Харківського національного аграрного університету ім. В. В. Докучаєва. Потім перетинає долину р. Роганка і виходить на залізничну станцію Волохач у долину на брід через р. Уди. Далі маршрут проходить через лісовий масив у долину р. Сіверський Донець і по ній без відвідування населених пунктів Скрипаї, Есхар, Малинівка, Чугуїв, Кочеток, Печеніги, Старий Салтов, Стариця, П'ятихатки, м. Харків (ХАЗ), висота «маршала Конєва». Передбачені також окремі фрагменти у вигляді кільцевих маршрутів – «вісімки» для змагань спецназу, легкоатлетичних кросів і змагань зі спортивного орієнтування. Одночасно із змаганнями зі спортивного туризму, легкоатлетичного кросу й орієнтування на трасі передбачається популяризація та проведення змагань для охочих за такими видами, як парусний і кінний спорт, плавання, автмотоспорт, скелелазання. Вони можуть проводитися як на окремих ділянках, так і протягом усього маршруту.

Траса «Мир і злагода» планувався як пішохідна траса на відстань марафонської дистанції 42 км. Поступово, починаючи з 1995 р., цей захід став щорічним і проводиться як змагання туристів. Девіз змагань – «Проходити 9 травня стільки кілометрів, скільки років з дня Перемоги минуло». Цей спортивно-оздоровчий захід був офіційно і документально зафіксований у 2000 р. У змаганнях взяли участь особи віком 15–60 років. Автори сподіваються, що до 100-річчя перемоги у Великій Вітчизняній війні – до 2045 року здоров'я населення України буде настільки гарним, що в комплексному заліку харків'яни із середнім рівнем фізичної підготовленості зможуть подолати цю трасу у 100 км. Автори проекту мріють, щоб до того часу ця траса поступово перетворилася у національний парк, а кожний з 1418 днів війни був увічнений певним орієнтиром, наприклад, кожного разу висаджувати кущ троянд, горіх, сосну або величний дуб.

На жаль, серед нинішніх студентів лише 12–16 % тих, кого за станом здоров'я і рівнем фізичної підготовленості можна було б допустити до подібних змагань. Ураховуючи різноманітність засобів і видів туризму, їх мобільність і доступність, автори-розробники маршрутів «Здоров'я» щорік проводять навчальні походи з поступовим ускладненням завдань для студентів з різним рівнем фізичного стану.

У Харківській області пропонується проводити змагання на 1-му і 2-му маршрутах щорік, приурочивши їх до знаменних подій: у день Перемоги 9 травня і в День незалежності України 24 серпня, а також у день фізкультурника – в останню суботу і неділю вересня. Міжнародні змагання пропонується проводити 1 раз в 5 років (вересень-жовтень): у роки, кратні 5 з дня Перемоги у Великій Вітчизняній війні 1941–1945 рр. Це є дієвим засобом виховання почуття патріотизму в людей різного віку, особливо у молоді. В. І. Смирнов розробив також докладну програму підготовки і проведення змагань зі спортивного багатоборства «Ялта-Олімп», яку цілком реально



можна здійснити у ринкових умовах із залученням приватного капіталу. А цим вже мали б займатися саме менеджери з туризму.

Виходячи з вищевикладеного звертаємо увагу на відповідальність вишів, у яких готують фахівців з туризму, щодо виховання суспільно-екологічного стереотипу поведінки студентів і відповідальності за наслідки майбутньої роботи.

Науковці звертають увагу на складність і неоднозначність трансформацій, які відбуваються в освітньому просторі Європи. Це впливає й на вимоги до підготовки фахівців з активної рекреації та оздоровчого туризму. Л. Г. Заневська представила аналітичну роботу, в якій порівнює напрями підготовки фахівців з туристики у фізкультурних і нефізкультурних вишах України з ближнім зарубіжжям. Зокрема, вищі навчальні заклади України інтенсивно працюють над підготовкою фахівців для економічного блоку туристичної галузі (менеджмент, маркетинг, економіка, право, бухгалтерський облік). У той же час підготовка фахівців для спортивного блоку туристичної галузі (гіди, інструктори, провідники, методисти, організатори походів, аніматори) не задовольняє потреб туристичного ринку [74, 126].

У Росії фахівцями Російської міжнародної академії туризму створено концептуальні основи підготовки кадрів з активної рекреації та спортивно-оздоровчого туризму [102], розроблено структуру та зміст професійної туристичної освіти, у тому числі з активної рекреації та оздоровчого туризму [160]. Спеціалізації “Менеджмент спортивно-туристичного оперейтингу”, “Екологічний менеджмент у туризмі”, “Анімаційний менеджмент у туризмі” розроблялись з урахуванням досвіду підготовки фахівців з активної рекреації та оздоровчого туризму Європейських країн. Навчання фахівців з активної рекреації та спортивного туризму у профільній російській академії більше зорієнтовано на економічний напрямок туристичної галузі. Більшість російських та білоруських вишів фізкультурного профілю готують фахівців з активної рекреації та спортивного туризму на рівні спеціалізації.

Спектр підготовки фахівців з активної рекреації та оздоровчого туризму в закладах вищої освіти фізкультурно-туристичного профілю Польщі досить широкий і відповідає потребам Європейської спільноти. Напрями підготовки “Туристика та рекреація” присутні у всіх польських вишах фізкультурно-туристичного профілю. Спеціалізація кожного навчального закладу дозволяє готувати фахівців широкого профілю з різних видів активної рекреації та оздоровчого туризму – організатори оздоровчого туризму, гіди-інструктори, провідники, інструктори-методисти, тренери, аніматори, спеціалісти з сільського, зеленого, екологічного туризму.

Отже, у вишах України, на відміну від Польщі, немає узгодженості з питання комплексної підготовки фахівців для ефективної роботи у туристичній галузі. Студенти фізкультурних вишів, що обрали спеціалізацію „Туризм” і її похідні, стають гарними спеціалістами у питаннях спортивно-оздоровчої спрямованості, а студенти інших вищих навчальних закладів, де

готують фахівців тієї ж спеціалізації, набувають знання виключно економічної спрямованості, менеджменту і маркетингу. Якщо спростити, то перші є фахівцями із забезпечення здоров'ям туристів, та не можуть заробляти на туризмі гроші, а другі – вдало роблять на ньому бізнес, не занурюючись у питання здоров'я клієнтів.

Отже, можливості використання занять туризмом для формування екологічного мислення мандрівників є невичерпними. Для конкретних практичних рекомендацій можна використовувати краєзнавчу і суспільно корисну роботу в мандрівці [165].

Ефективність цієї роботи залежить від того, наскільки кожен організатор туристичних подорожей володіє знаннями, уміннями і навичками екологічно-краєзнавчої роботи, а також від професії, освіченості, життєвого досвіду, від схильностей і вподобань працівників туристичної галузі. У літературі пропонуються такі напрями ведення екологічно-краєзнавчої роботи:

- спостереження за рельєфом місцевості (пагорби, ділянки долин, яри, улоговини, печери, схили і вершини окремих височин), з'ясування причин походження нерівностей і визначення, від чого залежить їхній зовнішній вигляд. В озерних, міжрічкових і прибережноморських зонах становить інтерес походження, глибина і прилеглий до водоймища рельєф місцевості;
- геологічні та мінералогічні спостереження спрямовані на вивчення найважливіших гірських порід і мінералів у певній місцевості, уміння з'ясувати прості зв'язки між геологічною будовою і рельєфом місцевості;
- спостереження за рослинами і збирання гербаріїв корисні не лише для естетичного виховання туристів, але й для пізнання географічного середовища, взаємозв'язків його з кліматом, характером підстилаючих порід, інших чинників;
- спостереження за тваринами і збирання колекцій (наприклад, комах, молюсків, риб, птахів, ссавців) розширюють кругозір щодо зоологічних багатств регіону. При збиранні колекції (полювання і ловля) слід дотримуватися певної технології. Процес не повинен супроводжуватися безглуздим винищуванням живих істот (збирання яєць, наколювання на шпильки живих комах тощо);
- археологічні спостереження і знайомство з історією краю найчастіше здійснюється під час виявлення археологічних пам'яток або інших знахідок. Практично на будь-якому маршруті можуть зустрітися історичні місця, пам'ятки, витвори мистецтва, речі, інструменти тощо;
- спостереження за економічною географією району подорожі полягають у вивченні, як місцеві жителі використовують природні умови і ресурси району, визначення типу господарства, напряму і спеціалізації сільського господарства, провідних галузей промисловості, транспортної мережі, а також знайомство з містами, селами, їхньою історією і культурою,

побутом населення, ознайомлення з біографіями видатних людей краю, країни тощо;

- суспільно-корисна робота в умовах подорожей може виконуватися також у таких формах: надання допомоги радгоспу, випуск для місцевих жителів і учасників мандрівки фото- і стінгазет, читання лекцій, проведення бесід, змагань, концертів, конкурсів тощо.

Таким чином, екологічне виховання передбачає суспільно орієнтоване, природодоцільне мислення, яке формується на основі екологічної освіти і цілеспрямованого виховання патріотичних і громадянських відчуттів. Найважливіше завдання такої освіти – дати людині не лише інформацію про відповідне мислення, а й технологічний інструментарій його мотивації. Повноцінне використання засобів туризму дуже ефективно дозволяє формувати суспільно-екологічний стереотип поведінки і ноосферне мислення людини.

### **8.3. Дослідження професійної здатності студентів працювати у туристичній галузі**

Серед чинників, що визначають здоров'я студентської молоді, І. А. Амелюченко та Є. Г. Олійник надають ключове значення ставленню конкретної людини до свого здоров'я [11]. Деякі автори висувають гіпотезу, що здоров'яцентричний підхід до організації життєдіяльності дозволяє активно і своєчасно формувати самозберігаючу поведінку людини з усіма соціальними, психологічними і соматичними складовими. Це, на думку дослідників, дозволяє особистості знайти етичну систему професійних цінностей, розширити її духовні потреби й інтереси, соціально значущі мотиви й установки, збагатити емоційно-чуттєву сферу, виховувати етичні й естетичні відчуття [26, 49, 108, 109, 118].

Сучасні дослідники дають теоретичні викладки, що обґрунтовують значущість розуміння важливості рухового виховання для фізичного й інтелектуального розвитку людини. Це концепція кінезофілії (загальна біологія), теорія моторно-вісцелярних рефлексів (фізіологія), принцип захисного збудження (медицина). Концепція кінезофілії базується на існуючій у людини вродженій природній біологічній потребі у рухах, аналогічній потребі у тварин. Рівень рухової активності є генетично обумовленою величиною, особливою у кожного біологічного виду. Він найбільш високий у новонароджених і в перші роки життя, що пов'язано з роллю скелетної мускулатури в забезпеченні умов росту і розвитку організму, у формуванні гомеостазу. Із розвитком організму потреба у рухах має тенденцію до зниження, що спостерігається при вивченні ігрової діяльності тварин. У людини також з роками природна потреба у рухах знижується, чому немало сприяють особливості виховання і способу життя. Паралельно зі зниженням потреби в русі в онтогенезі спостерігається наростання ознак старіння організму, причому виявлена така залежність: чим

менша рухова активність індивіда, чим раніше спостерігається зниження її обсягу, тим більше виражені й частіше виявляються процеси інволюції. Тому стимулювання рухової активності, формування навичок і потреби у фізичних навантаженнях, регулювання фізіологічно обґрунтованого обсягу й інтенсивності рухів є не лише актуальним соціальним завданням в епоху інформаційного суспільства, але й фундаментальною загальнобіологічною проблемою [194].

За матеріалами дослідження здоров'я студентів професор А. Г. Щедріна була вивела формулу для кількісного розрахунку відносної інформативності стандартних при комплектуванні однорідних груп морфофункціональних показників. Встановлено, що найбільшу інформативність про стан здоров'я має показник фізичної працездатності (тест  $PWC_{170}$ ), станової м'язової сили, життєвої ємності легенів, вагостовий індекс. Те, що на перший план вийшли фізична працездатність і станова м'язова сила, є цілком обґрунтованим і закономірним. Відомо, що фізична працездатність, що визначається за тестом  $PWC_{170}$ , відображає аеробну працездатність організму. Він має найбільш високі значення в осіб, що тренуються на витривалість.

Фізіологічне обґрунтування ролі м'язової системи і скелетної мускулатури у підтримці функціонального стану організму, зокрема серцево-судинної системи, а також значення рухової активності в онтогенезі для здоров'я людини представлено у класичних дослідженнях І. А. Аршавського (1971, 1980, 1982 рр.). Зокрема в сформульованому ним «енергетичному правилі скелетних м'язів» сказано таке: чим більший ступінь активності скелетної мускулатури (при цьому маються на увазі оптимальні форми її діяльності), тим більшою мірою організований спокій. Згідно з цим висновком особливості енергетики і відповідно рівень фізіологічних відправлень різних вегетативних систем органів і організму в цілому на кожному етапі вікового розвитку визначаються поточними особливостями скелетних м'язів. На жаль, ці фундаментальні висновки не набули належного застосування в системі фізичного виховання людини, у профілактичній медицині, в оцінці здоров'я людини. У той же час у практичній діяльності часто доводиться констатувати неспроможність м'язової системи до виконання життєво необхідних і професійних дій. Припускають, що це і є першопричиною деяких патологічних станів [194].

Наші дослідження показали, що серед традиційно вимірюваних функціональних показників студентки вишу мають найгірші значення життєвого індексу, а серед показників фізичної підготовленості – показники на силу і витривалість [56, 59]. Для покращення зазначених показників виявляють ефективність різноманітні види рухової діяльності, зокрема такий універсальний, як туризм.

З метою вивчення якості професійного відбору майбутніх менеджерів з туризму методом соціологічного опитування були обстежені дівчата-студентки 1–2 курсів ( $n = 78$ ), що відвідують заняття з фізичного виховання в

основній навчальній групі, тобто за медичними показниками вони є практично здоровими. Середній вік респондентів 17,7 років. Серед обстежених 34 студентки є майбутніми менеджерами з туризму, 44 обрали інші спеціальності. Співвідношення досліджуваних показників у загального контингенту студентів жіночої статі факультетів менеджменту, економіки і підприємництва, інженерної екології міст, а також у майбутніх фахівців туристської галузі, які навчаються у Харківській національній академії міського господарства, представлено на рис. 8.1–8.4.

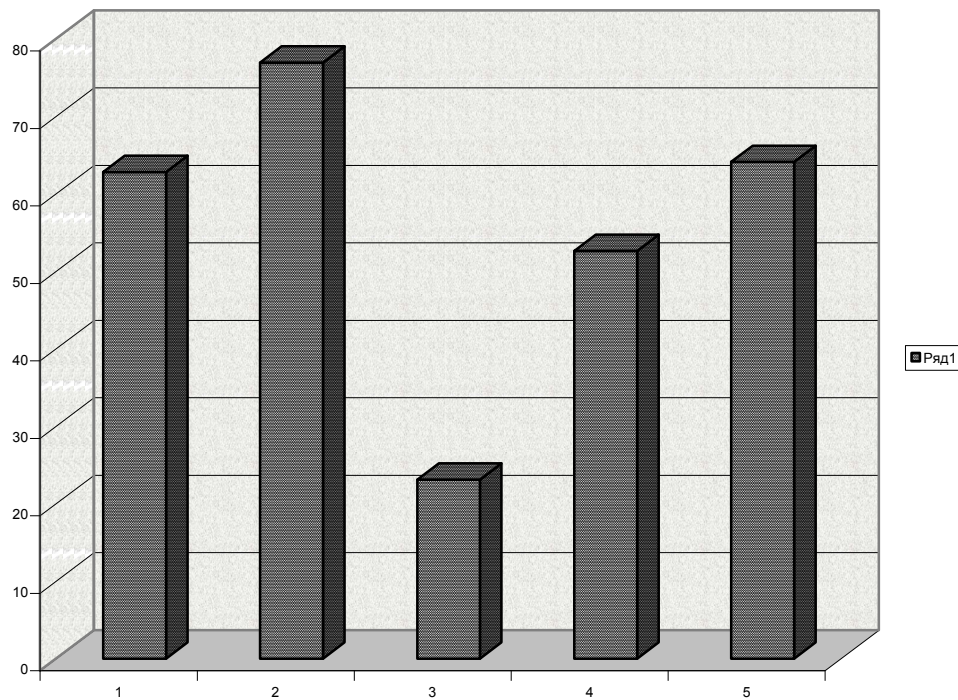


Рис. 8.1 – Загальний контингент респондентів (n = 78):

- 1 – мешканці міста;
- 2 – брали участь у походах;
- 3 – займалися спортом і туризмом;
- 4 – подорожували по тур. путівках;
- 5 – мають скарги на здоров'я

Серед усіх обстежених (n = 78) осіб, обравших туристські спеціальності, трохи менше, ніж інших, мешканців міста, у 1,6 разів менше у порівнянні з кількістю мешканців села. Студенток, які брали участь у походах, виявилося у 3,3 рази більше, ніж студенток, які не подорожували жодного разу. Переважна частина дівчат (76,9 %) у шкільні роки і на момент дослідження спортом і туризмом не займалися. Студенток, які користалися послугами турагентств і подорожували по путівках, було дещо більше (52,6 %) за тих, хто не має такого досвіду. Осіб, які мають скарги на здоров'я, виявилося майже у 2 рази більше, ніж здорових студенток.

Серед майбутніх менеджерів з туризму мешканців міста є трохи менше, ніж на інших спеціальностях (рис. 8.2). Студенток, які брали участь у

походах, більше; спортом і туризмом займалося також більше дівчат з туристських спеціальностей у порівнянні з іншими. Користувалися послугами туристичних агентств у 1,6 рази більше студенток – менеджерів з туризму. Мають скарги на здоров'я більше дівчат з туристичних спеціальностей, ніж тих, хто обрав інші спеціальності.

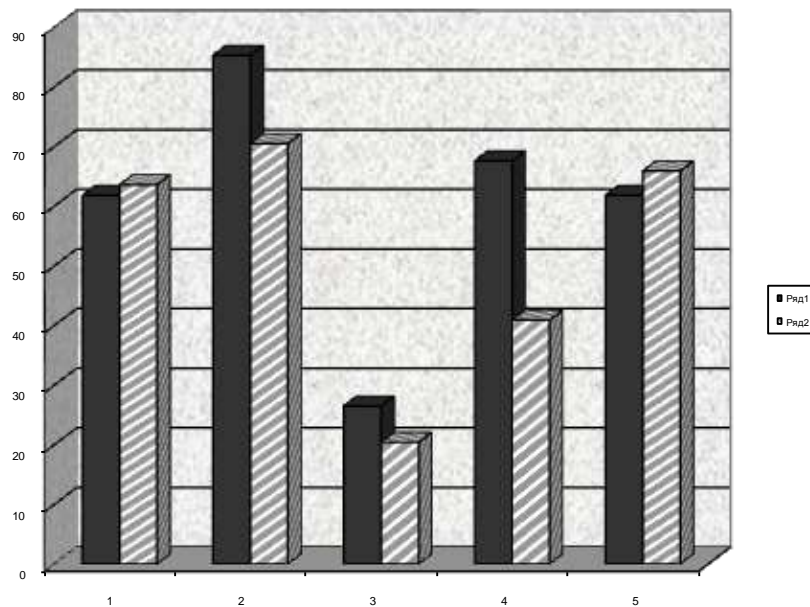


Рис. 8.2 – Співвідношення показників серед студенток різних спеціальностей:

- 1 – мешканці міста;
- 2 – брали участь у походах;
- 3 – займалися спортом і туризмом;
- 4 – подорожували по путівках;
- 5 – мають скарги на здоров'я;
- стовпчик ліворуч (темний): менеджери з туризму (n=34);
- стовпчик праворуч (світлий) – інші спеціальності (n=44)

Студенток, які за шкільні роки і під час навчання у виші займалися спортом, туризмом, ходили у походи і подорожували по путівках, ми вважали такими, що віддають перевагу активному способу життя. Серед обстежених студентів їх виявилось трохи більше серед тих, хто прагне бути менеджером з туризму (рис. 8.3). Серед мешканців міста майже у 3 рази більше активних осіб у порівнянні з сільською молоддю. Ті, хто має скарги на здоров'я, є трохи активнішими у порівнянні зі здоровими студентками.

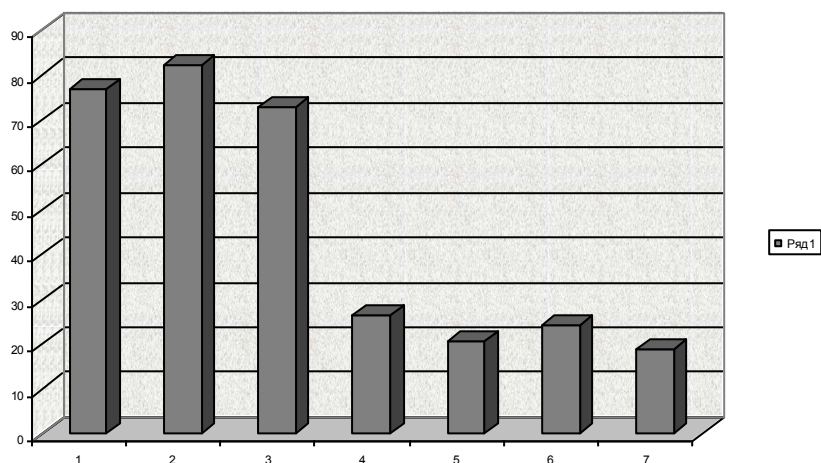


Рис. 8.3 – Контингент студентів, які віддають перевагу активному способу життя:

- 1 – серед усіх студентів ( $n = 78$ );
- 2 – серед туристських спеціальностей ( $n = 34$ );
- 3 – серед інших спеціальностей ( $n = 44$ );
- 4 – серед мешканців міста ( $n = 49$ );
- 5 – серед мешканців села ( $n = 29$ );
- 6 – серед студентів, що мають скарги на здоров'я ( $n = 50$ );
- 7 – серед студентів, що не мають скарг на здоров'я ( $n = 28$ )

Наскільки свідомо студенти обрали майбутню професію, можна визначити, ознайомившись з рис. 8.4.

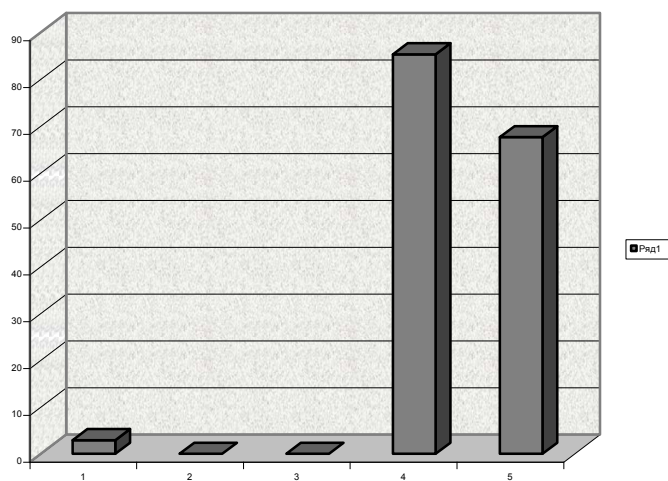


Рис. 8.4 – Інтерес до туризму у майбутніх менеджерів з туризму:

- 1 – займалися туризмом;
- 2 – є спортивний розряд з туризму;
- 3 – є звання інструктора з туризму;
- 4 – ходили у похід;
- 5 – відпочивали по туристичних путівках

Вивчення попереднього професійного інтересу опитаних студенток щодо туристської діяльності свідчить про його надто низький рівень. Так, з обстежених ( $n = 34$ ) жодна студентка під час навчання у школі й до моменту дослідження не має спортивного розряду і звання інструктора з туризму. Займалася у шкільній секції туризму з тренером лише одна студентка (2,9 %). Переважна кількість опитаних має досвід участі у туристичному поході 85 %, та, нажаль, майже для всіх це був похід вихідного дня протягом 1–2 днів. Під час навчання у школі під керівництвом інструктора брали участь у поході тривалістю більше 3-х днів 11,8 % опитаних, 23,5 % мандрували по путівках більше 7 днів, 35,3 % студенток – 10 днів і більше. Отже, тривалого практичного досвіду професійної діяльності туриста не має в жодної студентки, яка обрала спеціальність менеджера з туризму.

Оскільки одною з провідних професійних вимог до фахівця з туризму є достатній рівень здоров'я і протипоказань для роботи у мінливих, незвичних і складних кліматогеографічних умовах перебування, ми проаналізували скарги респондентів на здоров'я. Мають скарги на прояв хворобливих станів і хвороб 25,8 % дівчат, які за медичними показаннями вважаються практично здоровими. Картина жахлива, адже з дівчат, які лікарями визнані практично здоровими, з 33 студенток віком 17–18 років 69,7 % мають проблеми із серцево-судинною системою (з них 6,1 % – втрачають свідомість), 57,6 % – опорно-руховим апаратом, 24,2 % – внутрішніми органами, алергічні прояви мають 12,1 % респондентів; 14,7 % відчувають розлади у роботі 4-х і більше органів і систем організму.

Отже, наведені дані свідчать, що студентки вишу інженерно-технічного профілю, які обрала спеціальність, пов'язану з туризмом, мають поверхові знання щодо суті обраної професії та вимог до професійного здоров'я спеціаліста у разі перебування у змінних, незвичних і важких для організму кліматогеографічних умовах. Перелік захворювань свідчить про наявність явно виражених протипоказань до тривалих фізичних навантажень у разі пішогодного, а тим паче гірського, водного, автомобільного та інших видів туризму. Взагалі, це є професійною непридатністю до обраної професії.

Соціологічне опитування та спостереження тренерів свідчить, що під впливом туристично-краєзнавчої роботи у студентів формується правильне розуміння місця фізичних навантажень у режимі життя, осмислене прагнення до їх регулярності. Результати експериментальних досліджень показали, що у студентів 1–3 курсів (чоловіків і дівчат), які займалися у секції туризму та спортивного орієнтування, через рік занять приріст показника станової сили, силової витривалості достовірно були вищими у порівнянні зі студентами, які займалися фізичним вихованням у групах загальної фізичної підготовки за державною програмою для вишів [104].

Досвідчені викладачі вишів України і Росії вважають, що педагогічним колективам вишів, особливо тим, в яких є спеціалізація „Туризм”, варто активізувати і широко використовувати у навчальній і позанавчальній діяльності туристично-краєзнавчу роботу серед студентської молоді [47].



#### **8.4. Дослідження рівня знань з основ теорії фізичного виховання у майбутніх менеджерів з туризму**

В освітньо-кваліфікаційній характеристиці підготовки бакалавра напряму підготовки „туризм” завданнями вивчення дисципліни „Фізичне виховання” є опанування основ теорії, методики й організації фізичного виховання в системі забезпечення здорового способу життя, виховання потреби у фізичному та психічному самовдосконаленні, формування практичних умінь і навичок регулярних занять фізичними вправами, розвиток фізичних якостей, підвищення функціональних можливостей організму.

Як відомо, найвищим рівнем знань є теоретичний. Для дослідження успішності студентів з основ теорії фізичного виховання ми розробили тестові завдання, які використовували протягом 10 років. Вони склалися з 27 питань, на кожне з яких студенти мали відповісти, обравши один із п'яти запропонованих варіантів відповідей. На виконання завдання студентам давалося 15 хвилин. Питання охоплювали такі тематики:

1. Загальні теоретичні відомості й визначення (3 питання).
2. Самоконтроль за станом серцево-судинної та дихальної систем у спокої та при фізичному навантаженні (7 питань).
3. Формування здорового способу життя: гігієна і харчування (7 питань).
4. Основи методики самостійних занять фізичними вправами (10 питань).

Досвід оцінювання теоретичних знань за даними тестовими завданнями довів їхню об'єктивність, доступність і зручність. Студенти тестувалися у першому й останньому семестрах кожного навчального року. Виявилося наступне: студенти, які хоча б 2 роки займалися у спортивній школі будь-яким видом спорту, навіть без попередньої підготовки, були в змозі відповісти на оцінку „задовільно”; певна кількість студентів, які не займалися спортом, але мають достатній рівень інтелекту і пізнавальний інтерес, теж інколи відповідали на позитивну оцінку; інші студенти без попередньої підготовки переважно відповідали на негативні оцінки (за 5-бальною шкалою). Зведені таблиці результатів представлені у табл. 8.1 і 8.2.

У таблицях 8.1–8.2 представлена відносна кількість студентів, які отримали оцінки від „1” до „5” за тести з теорії фізичного виховання. Серед них є студенти, яким не читалася теорія, і тим, хто слухав лекції з фізичного виховання в обсязі 4 години на навчальний рік (2000/2001 н. р.).

Аналіз результатів тестування знань з фізичного виховання у студентів різних років навчання представлений на рис. 8.5–8.10. Були обстежені студенти 1–2 курсів гуманітарних спеціальностей кількох вишів м. Харкова (n = 297). Попереднє дослідження не виявило достовірної різниці середніх результатів тестування між групами студентів різних вишів, яких оцінювали в одному й тому ж навчальному році.

Таблиця 8.1 – Зведена таблиця успішності студентів 1 і 2 курсів з теорії фізичного виховання

Оцінка	Кількість обстежених студентів у навчальному році, %									
	1 курс							2 курс		
	1996/1997 n = 31	1997/1998 n = 35	1998/1999 n = 48	1999/2000 n = 11	2000/2001 n = 66	2001/2002 n = 11	2011/2012 n = 20	1999/2000 n = 27	2000/2001 n=36	2011/2012 n=12
<b>1</b>	-	-	-	9,1	1,5	-	5,0	-	-	-
<b>2</b>	48,3	60,0	47,9	45,4	24,2	54,5	75,0	37,0	50,0	58,3
<b>3</b>	48,3	37,1	50,0	45,4	72,7	45,4	20,0	63,0	50,0	41,7
<b>4</b>	6,7	2,8	2,1	-	1,5	-	-	-	-	-
<b>5</b>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>Середній бал</b>	2,55	2,43	2,54	2,36	2,74	2,45	2,15	2,63	2,50	2,42

Таблиця 8.2 – Зведена таблиця успішності студентів 1–2 курсів з теорії фізичного виховання

Оцінка	Кількість обстежених студентів у навчальному році, %									
	1996/1997 n = 31	1997/1998 n = 35	1998/1999 n = 48	1999/2000 n = 38	2000/2001 n = 102	2001/2002 n = 11	2011/2012 n = 32	$\sum$ 1996/2012 n = 297	$\sum$ 2000/2001 n=113	$\sum$ 2000/2001 n=36
<b>1</b>	-	-	-	2,6	1,0	-	3,1	1,0	0,9	3,1
<b>2</b>	48,3	60,0	47,9	39,5	33,3	54,5	68,8	45,8	35,4	68,8
<b>3</b>	48,3	37,1	50,0	57,9	64,7	45,4	28,1	51,8	62,8	28,8
<b>4</b>	6,7	2,8	2,1	-	1,0	-	-	1,4	0,9	-
<b>5</b>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Серед обстежених 32 особи – студенти ХНАМГ (2011–2012 н. р.). Усі студенти навчалися й тестувалися в одного й того ж викладача. На графіку представлені діаграми тестування студентів, яким не читалася теорія, і тим, хто слухав лекції з фізичного виховання в обсязі 4 години на навчальний рік. Результати тестування студентів ХНАМГ, які обрали професію менеджерів з туризму (2011/2012 н. р.), представлені на рис 8.5–8.7 (т. 7 і 10 на осі X).

Порівняльний аналіз здійснювався щодо таких показників:

- середній бал успішності студентів 1 і 2 курсів з теорії фізичного виховання по роках дослідження (рис. 8.5);
- відносна кількість студентів 1 і 2 курсів по 10 роках дослідження, які мають оцінки „дуже погано”, „незадовільно”, „задовільно”, „добре”, „відмінно” (рис. 8.6);
- співвідношення оцінок з тестування теорії фізичного виховання у студентів 1 і 2 курсів по навчальних роках (рис. 8.7);
- успішність студентів 1 і 2 курсів початку і кінця 10-річчя (рис. 8.8);
- відносна кількість позитивних і негативних оцінок у студентів 1–2 курсів за 10 років вивчення рівня знань з теорії фізичного виховання (рис. 8.9);
- середня успішність усіх студентів 1–2 курсів за 10 років обстеження (рис. 8.10).

Із графіка динаміки середнього балу успішності з теорії фізичного виховання за 10 років дослідження (рис. 8.5) видно, що середня оцінка студентів 1 і 2 курсів коливається від „погано” до „задовільно”. Найвищого значення графік досягає у той рік, коли студентам читалися лекції з теорії фізичного виховання в обсязі 4 год. на навчальний рік (2000/2011 н. р.).

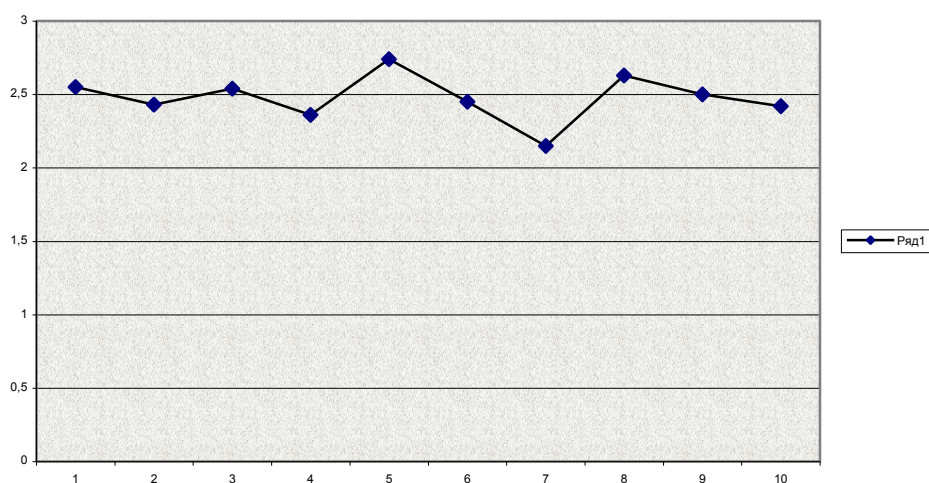


Рис. 8.5 – Динаміка середнього балу успішності з теорії фізичного виховання за 10 років дослідження:

- по осі X: (I курс): 1 – 1996/1997 н. р., 2 – 1997/1998 н. р., 3 – 1998/1999 н. р., 4 – 1999/2000 н. р., 5 – 2000/2001 н. р., 6 – 2001/2002 н. р., 7 – 2011/2012 н. р.; (II курс): 8 – 1999/2000 н. р., 9 – 2000/2001 н. р., 10 – 2011/2012 н. р.;
- по осі Y: середній бал групи

З графіка динаміки успішності студентів з теорії фізичного виховання по кожному з 10-ти навчальних років дослідження (рис. 8.6) чітко видно, що відносна кількість студентів із середнім балом успішності „5” немає жодного студента, далі у порядку підвищення – „4”, „1”, приблизно з однаковою тенденцією й амплітудою коливання, але у дзеркально протилежних напрямках ідуть групи оцінок „2” і „3”.

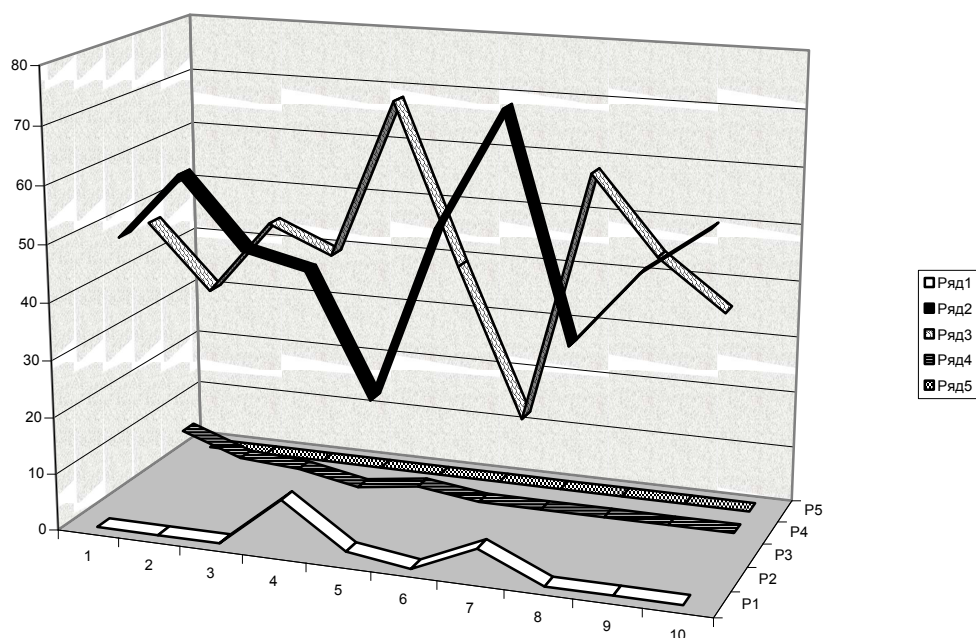


Рис. 8.6 – Динаміка успішності студентів з теорії фізичного виховання по кожному з 10 років дослідження:

- по осі X – навчальні роки: (I курс) 1 – 1996/1997 н. р., 2 – 1997/1998 н. р., 3 – 1998/1999 н. р., 4 – 1999/2000 н. р., 5 – 2000/2001 н. р., 6 – 2001/2002 н. р., 7 – 2011/2012 н. р.; (II курс) 8 – 1999/2000 н. р., 9 – 2000/2001 н. р., 10 – 2011/2012 н. р.;
- по осі Y: відносна кількість студентів, %;
- по осі Z: P<sub>1</sub> – середній бал групи „1”, P<sub>2</sub> – „2”, P<sub>3</sub> – „3”, P<sub>4</sub> – „4”, P<sub>5</sub> – „5”

На діаграмі співвідношення оцінок (рис. 8.7) з теорії фізичного виховання у студентів 1 і 2 курсів по навчальних роках дослідження спостерігається тенденція, що є аналогічною коливанням графіка середнього бала успішності (рис. 8.5). А саме, найбільшу групу складають студенти, чия середня оцінка є „погано” і „задовільно”. У 1996–2000 рр. успішність студентів 1 курсу була майже однаковою. Значно вона покращилася у 2000/2001 н. р., коли читалися лекції з теорії фізичного виховання в обсязі 4 годин на навчальний рік.

На рис. 8.9–8.10 представлені діаграми успішності усіх студентів 1–2 курсів (n = 297). З рис. 8.9 видно, що загалом частка студентів, які за тести з теорії фізичного виховання мають позитивні оцінки, є дещо більшою, ніж частка студентів з негативними оцінками.

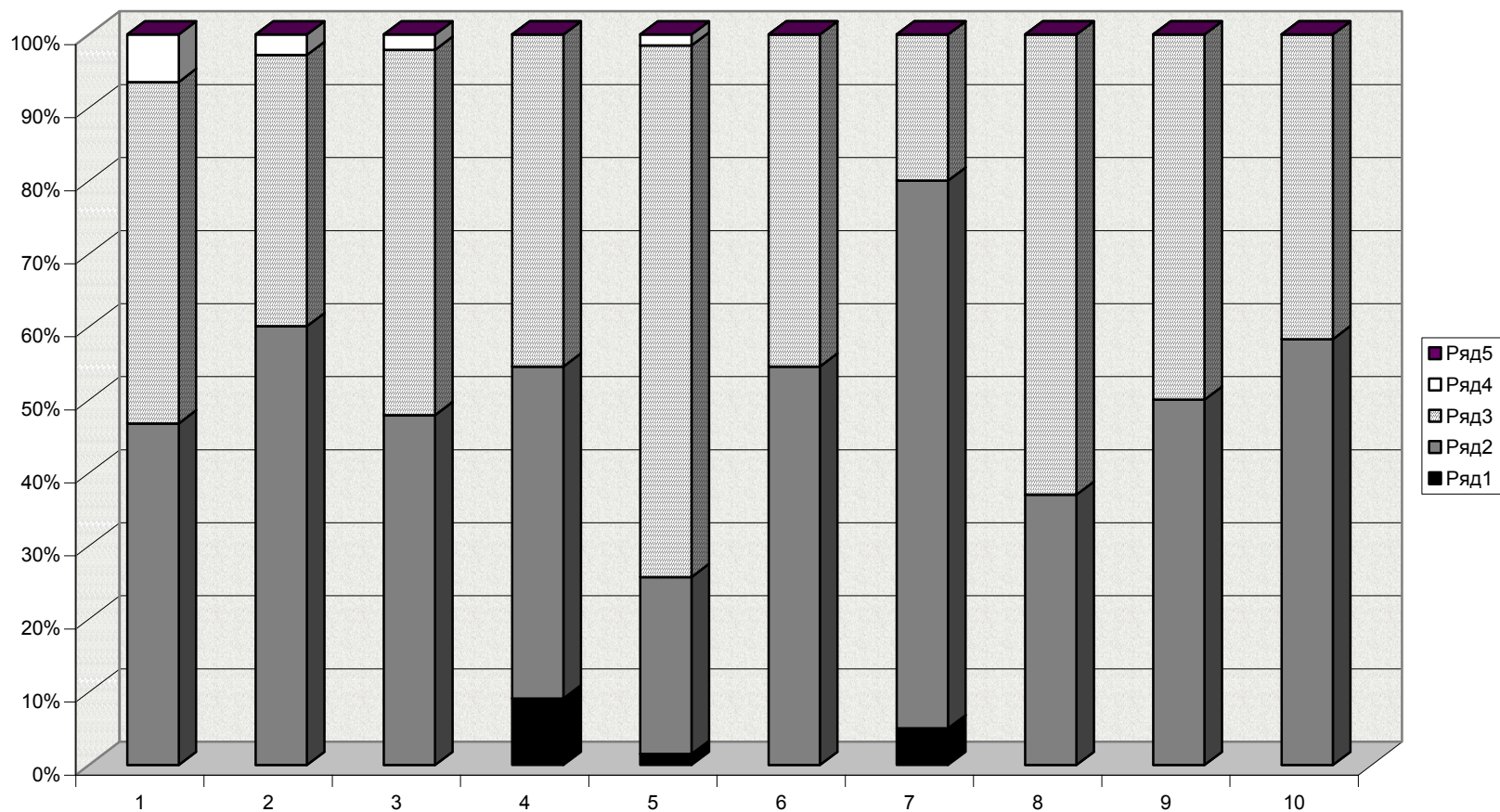


Рис. 8.7 – Співвідношення оцінок з тестування теорії фізичного виховання у студентів 1 і 2 курсів по навчальних роках:

- по осі Х – навчальні роки: (І курс) 1 – 1996/1997 н. р., 2 – 1997/1998 н. р., 3 – 1998/1999 н. р., 4 – 1999/2000 н. р., 5 – 2000/2001 н. р., 6 – 2001/2002 н. р., 7 – 2011/2012 н. р. ; (ІІ курс) 8 – 1999/2000 н. р., 9 – 2000/2001 н. р., 10 – 2011/2012 н. р.;
- по осі Y – відносна кількість студентів з оцінками від „1” до „5” балів;
- у стовпчиках знизу вгору: 1 ряд – „1”, 2 ряд – „2”, 3 ряд – „3”, 4 ряд – „4”, 5 ряд – „5” балів

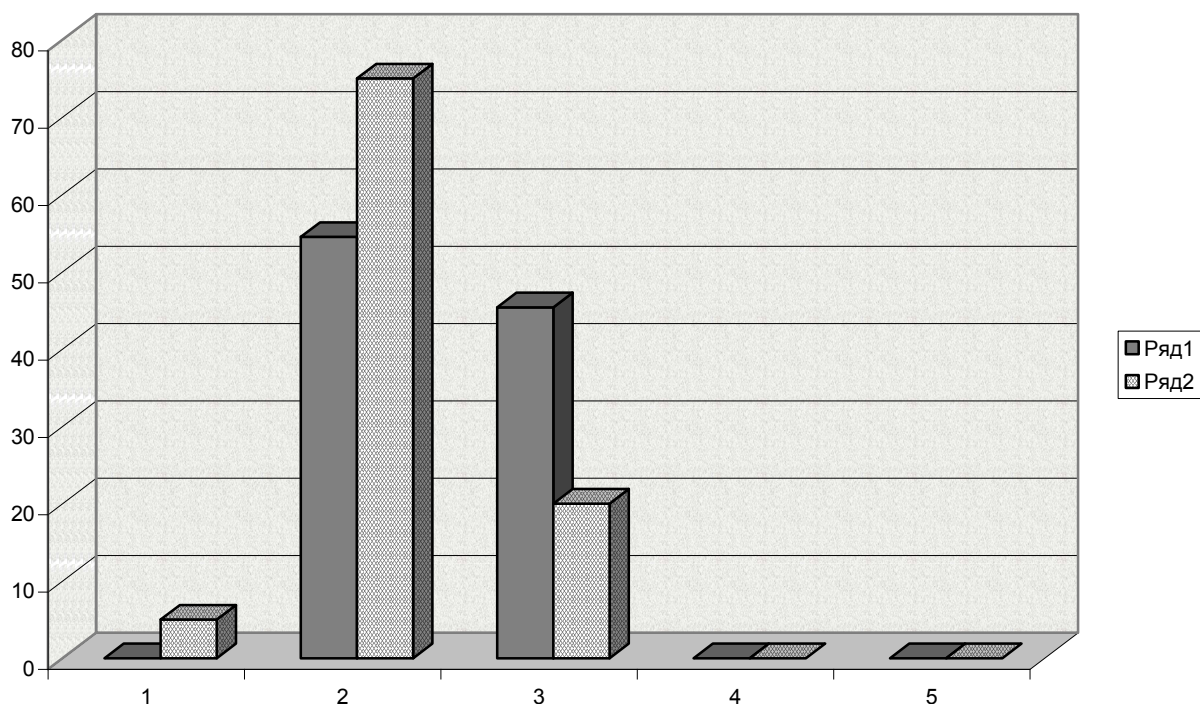
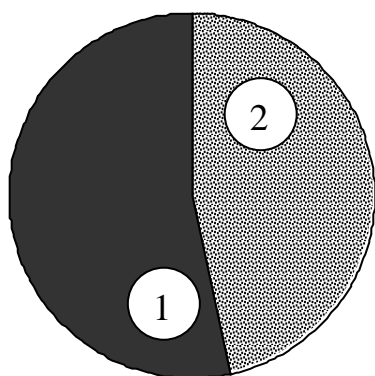


Рис. 8.8 – Порівняння успішності студентів 1 і 2 курсів різних років 10-річчя:

- по осі Х: оцінки від „1” до „5”;
- по осі Y: відносна кількість студентів;
- стовпчик ліворуч – навчальний рік початку 10-річчя;
- стовпчик праворуч – навчальний рік кінця 10-річчя



- 1 – позитивні оцінки (53,2 %);
- 2 – негативні оцінки (46,8 %)



Рис. 8.9 – Співвідношення позитивних і негативних оцінок у студентів 1–2 курсів за 10 років вивчення рівня знань з теорії фізичного виховання

З плином 10-ти років у покоління сучасних студентів (майбутніх менеджерів з туризму) результати тестування з тих же теоретичних питань погіршилися. Причому, на 1 курсі спостерігаються зміни у негативну сторону, які є значними (достовірними), а на 2 курсі вони є незначні у порівнянні з результатами тестування студентів 1 курсу 1999/2000 і 2002/2002 н. р. (рис. 8.8). Бачимо, що 10 років назад середня оцінка студентів 1 і 2 курсів з ідентичних тестів була низькою, але достовірно кращою ніж у 2012 р. А саме, середня успішність дорівнювала 2,45 бали, оцінок „дуже

погано” не було, „погано” було майже на 1/3 менше, „задовільно” – у 2 рази більше ніж зараз, оцінки „добре” і „відмінно” жоден з обстежених студентів не отримав ні 10 років тому, ні зараз.

Більш детальний аналіз результатів 10-ти років дослідження динаміки успішності студентів 1–2 курсів з теоретичних питань фізичного виховання виявив таке (рис. 8.10): серед позитивних оцінок переважає оцінка „задовільно” (97,5 %), серед негативних – оцінка „погано” (97,8 %).

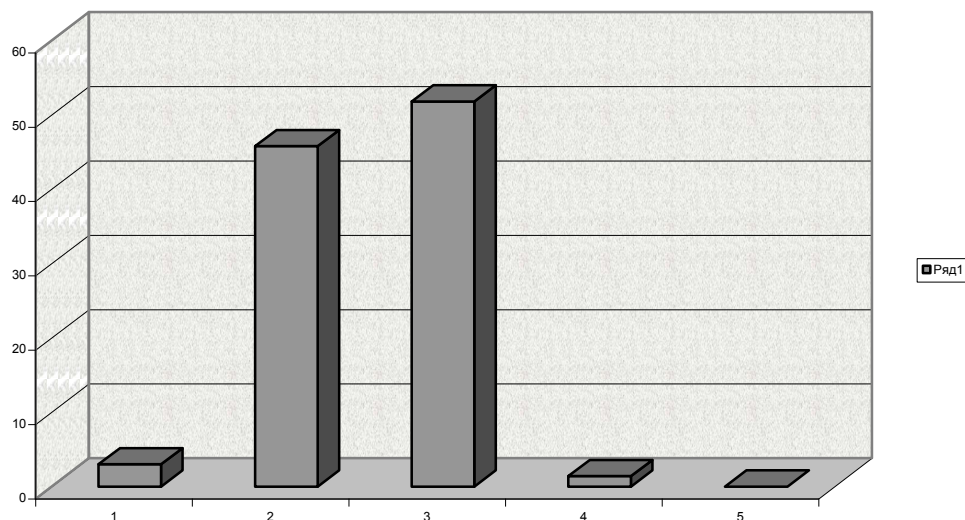


Рис. 8.10 – Середня успішність за 10 років обстеження студентів 1–2 курсів з теорії фізичного виховання

- по осі X: оцінки від „1” до „5”;
- по осі Y: відносна кількість студентів

Таким чином, результати дослідження рівня знань з фізичного виховання, яке тривало 10 років, свідчить про очевидні речі: в обстежених студентів 1–2 курсів, які обрали гуманітарні спеціальності й навчаються у різних вишах м. Харкова, спостерігається низький рівень теоретичних знань з основних питань самоконтролю, здорового способу життя і фізичного самовдосконалення.

Має місце традиційна неузгодженість документів Галузевого стандарту вищої освіти, зокрема Освітньо-професійних програм підготовки, Освітньо-кваліфікаційної характеристики і, як наслідок, навчальних планів підготовки спеціалістів певного напрямку підготовки з директивними документами Міністерства науки і освіти, молоді та спорту, затвердженими Президентом України, документами Європейського Союзу з питань фізичної культури, спорту і туризму.

За існуючого стану проблеми гарантувати державі виконання соціального замовлення на підготовку здорового, активного, фізично і психологічно надійного фахівця у галузі туризму, який був би конкурентоспроможний на міжнародному ринку праці, неможливо. Що треба зробити, щоб покращити ситуацію, пропонується у наступних розділах монографії.

## Розділ 9

### ТУРИСТСЬКО-РЕКРЕАЦІЙНИЙ ПОТЕНЦІАЛ УКРАЇНИ

Розбудова українського ринку туристичних послуг є однією з обов'язкових умов інтеграції України до загальноєвропейського туристичного простору. За своїм туристично-рекреаційним потенціалом наша держава має всі можливості стати одним із провідних європейських туристичних центрів [85].

Через спільне представництво України при ЄС Міністерством молоді та туризму було подано заяву щодо включення України до перспективних програм співробітництва у сфері туризму, зокрема фінансової та технічної допомоги, а також до інвестиційних проектів ЄС. За оцінками аналітиків, це якісно вплине на розбудову туристичної галузі нашої держави, сприятиме її соціоекономічному і культурному розвитку.

Створення нового іміджу українського турпродукту, конкурентоспроможного на вітчизняному і світовому ринках, комплексний підхід до розвитку туризму та курортів на регіональному рівні й інше зумовили зростання кількості туристів та обсягів надання послуг. Загальний обсяг реалізації послуг, наданих об'єктами туристичної діяльності, готелями і санаторно-курортними закладами (2004 р.) склав майже 4,5 млрд грн; обсяг туристського споживання товарів і послуг різних галузей економіки зріс на 23 % і склав 34,9 млрд грн (майже 6,6 млрд дол. США). Україну відвідало 15,6 млн іноземних туристів, за кордон виїжджало 15,5 млн осіб, кількість внутрішніх туристів становила понад 8,1 млн осіб [94].

На думку фахівців, швидке насичення вітчизняного туристичного ринку сприяє поліпшенню якісних характеристик рекреаційних і туристичних послуг, посилює нецінові форми конкурентної боротьби, стимулює зростання споживчого попиту й ефективності використання туристичної інфраструктури, сприяє стабілізації внутрішнього ринку товарів та послуг як туристичної, так і супутніх галузей економіки.

У Державній програмі розвитку туризму в Україні на 2002–2010 рр. було визначено, що збереження і відновлення використання етнічного ландшафту, унікальних природних та історико-культурних цінностей як туристично-рекреаційних ресурсів сприятиме збереженню довкілля, розвитку екологічного і сільського зеленого туризму як одного з пріоритетних напрямів внутрішнього й міжнародного туризму. Досвід розвинених країн Європи засвідчує тісний зв'язок між розвитком сільського зеленого туризму і розв'язанням соціально-культурних, екологічних проблем, зокрема збереженням природного потенціалу, культурної та історико-архітектурної спадщини, захистом їх від руйнування та ін. [173].



## 9.1. Туристсько-географічне районування України

Взявши за основу схему фізико-географічного районування нашої країни, А. Я. Булашев зі співавторами здійснив туристсько-географічне районування України (табл. 9.1) [34]. За основу представленої класифікації покладений оцінний принцип, що полягає в оцінці регіонів районування з використанням основних методів і таксономічних одиниць (туристська зона, туристська область, туристська провінція) фізико-географічного районування для спортивного туризму при класифікації маршрутів за категоріями складності. Метод туристсько-географічного оцінювання окремих компонентів природного середовища дозволяє визначити складність локальних і протяжних перешкод на маршруті й терміни найбільш сприятливого проведення туристських маршрутів.

Представлену характеристику туристсько-географічних районів України доцільно використовувати не лише організаторам походів, але й туроператорам і менеджерам, які несуть відповідальність за безпеку подорожі клієнта і повноту інформації, яка може впливати на стан його здоров'я. Адже правильно підібрані маршрути, що враховують індивідуальні можливості, показання і протипоказання клімато-географічних чинників для здоров'я туриста, будуть якнайкращою рекламою туристичної фірми, оскільки є важливою умовою позитивного результату мандрівки.

Україна має необхідні передумови розвитку рекреаційно-оздоровчого туризму. Зокрема на її території є майже всі бальнеологічні типи мінеральних вод: вуглекислі – на Закарпатті, родонові – у Вінницькій і Черкаській областях, сульфідні – у Львівській області, на Закарпатті та в Криму, залізисті – у Донбасі, бромні, йодобромні та йодні – на території Причорномор'я, води з підвищеним змістом органічних речовин у Львівській та Хмельницькій областях, а також усі типи лікувальних грязей – торф'яні, мулові. Термальні води розміщені у двох артезіанських басейнах – Причорноморському та Закарпатському. Природно-кліматичні умови в Карпатах прирівнюються до умов австрійських Альп. У цьому регіоні розміщені 800 мінеральних джерел, лікувальних грязей, озокериту, запаси якого оцінені як найбільші у світі. На їх базі працюють санаторії, пансіонати, санаторії-профілакторії, будинки відпочинку. Площа зарезервованих для рекреації ландшафтів дає змогу прийняти 1,5 млн осіб, а наявні запаси мінеральних вод можуть посприяти оздоровленню 7 млн осіб. Значні перспективи для розвитку рекреації й туризму мають Буковина та Полісся. Причорноморсько-Азовське узбережжя і Крим мають прекрасні ресурси для таласотерапії, масового відпочинку й оздоровлення. Нині тут є близько 800 санаторіїв, будинків відпочинку і туристичних баз, майже 400 з яких – у Криму. Загальновідомими санаторно-курортними центрами є Ялта, Одеса, Алушта, Алупка, Судак, Планерське, Феодосія, Саки, Євпаторія, Бердянськ та багато інших [119].

Таблиця 9.1 – Схема туристсько-географічного районування України (за А.Я. Булашевим та ін., 2003)

Ландшафт		Система токсичних одиниць районування			Категорія складності (КС) і строки проведення походів								
		Природно-туристська область		Природно-туристська провінція		Пішохідний		Лижний		Водний		Велосипедний	
		Найменування		№	Найменування	КС	Строки	КС	Строки	КС	Строки	КС	Строки
Рівнинна країна	Змішаних лісів	1. Зона змішаних лісів											
		Поліська низовина	1	Волинська	II	10.03–1.01	I	1.01–25.02	I	1.04–30.11	I	30.03–15.11	
			2	Житомирська	II	15.03–15.12	I	15.12–1.03	I	1.04–30.11	I	30.03–15.11	
			3	Київська	II	1.04–15.12	I	15.07–1.03	I	15.04–15.11	I	15.04–30.10	
			4	Чернігівська	II	1.04–15.12	I	15.12–20.03	I	15.04–15.11	I	15.04–30.10	
	Лісостепова	2. Лісостепова зона											
		Волино-Подільська височина	1	Волино-Подільська	II	10.03–20.12	II	25.12–1.03	II	1.04–15.11	II	20.03–30.11	
		Придніпровська височина	2	Придніпровська	II	10.03–20.12	II	25.12–1.03	II	1.04–15.11	II	20.03–30.11	
		Придніпровсько-Донецька низовина	3	Придніпровсько-Донецька	I	15.03–1.11	I	25.12–30.02	I	1.04–15.11	I	1.04–15.10	
		Середньоруська височина	4	Середньоруська	II	15.03–1.11	II	25.12–30.02	II	1.04–15.11	II	1.04–15.10	
	Степова	3. Північностепова зона											
		Волино-Подільська височина				Дані відсутні (А.Я. Булашев та ін., 2003)							
		Подільська височина	1	Подільська Північностепова	I	Цілорічно	I	1.01–15.02	II	20.03–1.11	II	10.03–30.11	
		Придніпровська височина	2	Придніпровська Північностепова	I	Цілорічно	II	15.12–30.02	II	20.04–15.11	II	10.03–15.11	
		Дніпровсько-Донецька низовина	3	Дніпровсько-Донецька Північностепова	I	Цілорічно	I	15.12–30.02	I	20.03–15.11	I	20.03–10.11	
		Середньоруська височина	4	Середньоруська Північностепова	II	Цілорічно	II	10.12–15.03	I	30.03–15.11	I	20.03–10.11	
		Донецька низовина	5	Донецька Північностепова	II	Цілорічно	II	15.12–30.02	I	1.04–15.11	II	1.04–15.10	
		Приазовська низовина	6	Приазовська Північностепова	I	Цілорічно	II	1.01–15.02	I	20.03–15.11	I	10.03–30.11	
		4. Південностепова зона											
		Причорноморська	1	Причорноморська Південностепова	I	Цілорічно	I	1.01–15.02	I	15.03–20.11	I	1.03–30.11	
			2	Кримська Південностепова	I	Цілорічно	I	1.01–15.02	I	15.03–20.11	I	1.03–30.11	
Гірська країна	Гірський Крим	1	Передгірська	II	Цілорічно						1.03–15.11		
		2	Головна Гряда	III	1.03–15.11	III	1.01–15.02				15.03–1.11		
		3	Південний берег Криму	II	Цілорічно					II	Цілорічно		
	Українські Карпати	1	Передкарпатська	II	10.03–15.12	II	15.12–15.03	II	15.03–15.11	II	1.03–1.12		
		2	Зовнішньокарпатська	III	1.04–30.11	II	1.12–20.03	II	15.03–15.11	III	1.03–1.12		
		3	Водороздільно-Верховинська	IV	30.04–1.11	IV	1.12–1.04	IV	30.03–30.11	IV	1.04–15.10		
		4	Полонинсько-Чорногорська	IV	30.04–1.11	IV	1.12–1.04	IV	30.03–30.11	IV	1.04–15.10		
		5	Чивчино-Раховська	IV	30.04–1.11	IV	1.12–1.04	IV	30.03–30.11	IV	1.04–15.10		
		6	Вулканічних Карпат	II	15.04–15.11	II	1.12–1.03	III	15.03–15.11	II	1.03–1.11		
		7	Закарпатська	I	20.02–15.12	I	1.01–15.2	I	10.03–30.11	I	1.03–1.11		

## 9.2. Екологічні аспекти розвитку територій України для рекреаційно-оздоровчого туризму

У сучасних умовах європейської інтеграції проведення оцінки екологічної ситуації у прикордонних регіонах є особливо важливим, адже відповідальність високим критеріям Європейського Союзу, що стосуються екологічного розвитку регіону, є вельми актуальним питанням для України, яка прагне стати членом ЄС.

Вивчивши сукупність показників, які характеризують стан екологічної ситуації у прикордонних регіонах України, Н. С. Станасюк виділяє як основні такі: скидання забруднених зворотних вод у природні поверхневі водні об'єкти, викиди шкідливих речовин в атмосферне повітря від стаціонарних джерел забруднення й автотранспорту, наявність промислових токсичних відходів у сховищах організованого складування та на території підприємств. Результати проведення комплексної оцінки екологічної ситуації у прикордонних регіонах України свідчать про наявність значної міжрегіональної диференціації екологічного розвитку (табл. 9.2) [166].

Таблиця 9.2 – Диференціація екологічного розвитку регіонів України

№ п/п	Регіони	Коефіцієнт наближення до максимального значення			Інте- гральний коефі- цієнт	Рей- тинг	
		Скидання забруд- нених вод у водні об'єкти	Викиди шкідливих речовин в атмосферне повітря від:				Наявність промис- лових токсичних відходів
			стаціо- нарних джерел	авто- транс- порту			
1	АР Крим	0,040268	0,026763	0,435735	0,025120	0,527886	8
2	Вінницька	0,068456	0,03767	0,325706	0,001096	0,432929	10
3	Волинська	0,005369	0,004186	0,179649	0,000004	0,189206	18
4	Донецька	1,000000	1,000000	1,000000	1,000000	4,000000	1
5	Житомирська	0,037584	0,010147	0,247322	0,000003	0,295056	13
6	Закарпатська	0,017450	0,007927	0,173807	0,000014	0,199198	17
7	Запорізька	0,540940	0,149543	0,527264	0,255696	1,473443	2
8	Ів.-Франків.	0,055033	0,114980	0,215190	0,109170	0,494373	9
9	Київська	0,042953	0,047755	0,451315	0,053498	0,595521	7
10	Луганська	0,375839	0,303843	0,491237	0,145444	1,316363	3
11	Львівська	0,111409	0,060946	0,403603	0,191739	0,767697	5
12	Миколаївська	0,106040	0,009767	0,264849	0,002541	0,382997	11
13	Одеська	0,281879	0,016743	0,437682	0,004812	0,741116	6
14	Рівненська	0,041611	0,010654	0,201071	0,039989	0,293325	15
15	Сумська	0,017450	0,017631	0,248783	0,067919	0,351783	12
16	Харківська	0,024161	0,094051	0,674294	0,003722	0,796228	4
17	Херсонська	0,037584	0,005898	0,224440	0,000294	0,268216	16
18	Чернівецька	0,013423	0,003805	0,140214	0,000717	0,158159	19
19	Чернігівська	0,046980	0,016552	0,225901	0,004838	0,294271	14

Серед прикордонних регіонів, що найменше зазнали руйнівного впливу господарської діяльності людини на навколишнє середовище, є Волинська, Закарпатська, Чернівецька області. Тут значення інтегрального коефіцієнта коливається в межах 0,158159–0,199198. Сприятливими екологічними умовами також характеризуються Житомирська, Чернігівська та Рівненська області. Найбільш загрозлива екологічна ситуація склалася у Донецькій області. При максимально можливому значенні інтегрального коефіцієнта – «чотири» (кількість показників) – значення показника в області складає 4,000000. Високі значення показників спостерігаються також у Запорізькій і Луганській областях, які відповідно займають друге та третє місце у рейтингу забруднення регіонів. Отже, використання запропонованої комплексної оцінки екологічної ситуації у прикордонних регіонах України дає змогу зробити розгорнутий висновок щодо стану різних складових навколишнього природного середовища.

За даними І. М. Степанчук [169], в Україні нараховується близько 73 тисячі водотоків, із них 4000 – довжиною більше 10 км, 131 – більше 100 км кожний. Взагалі Україна є бідною на водні ресурси: на її територію припадає лише близько 2 % від загального річкового стоку країн СНД. Запаси місцевих ресурсів річкових стоків на людину в Україні займають одне з останніх місць в Європі (після Угорщини і Молдови). Так, якщо в Європі на одну людину припадає 4,6 тис. м<sup>3</sup>/год., то в Україні – 1,0 тис. м<sup>3</sup>/год., що вказує на надзвичайно низьку забезпеченість. Погіршення якісного стану водних ресурсів багато в чому зумовлене традиційними методами екстенсивного ведення водного господарства: у минулі десятиліття на більшості народногосподарських об'єктів заходи з охорони водних ресурсів у широких масштабах і комплексно не проводились, акцент робився на впровадженні очисних систем, що не повністю вирішувало проблеми охорони водних ресурсів. Головне значення у вирішенні цієї проблеми має оцінка естетичного водозабезпечення інших держав якісними показниками водних ресурсів.

Досліджуючи екологічні аспекти розвитку окремих територій України, що використовуються з оздоровчо-рекреаційною метою, С. Б. Куделіна і В. В. Яворська встановили таке. Напружена, а подекуди кризова екологічна ситуація, яка являє собою загрозу життєдіяльності та здоров'ю населення, склалася на території Одеської області. У межах області за ступенем забруднення виділяють умовно чисті, забруднені, дуже забруднені та надзвичайно забруднені території. Умовно чисті й забруднені території розміщені в північних лісостепових районах області. Центральностепова частина області має забруднені та дуже забруднені території. Задністровська та придунайська частини області представлені забрудненими територіями, а найгірша екологічна ситуація склалася в Одеській агломерації, де розміщуються дуже забруднені та надзвичайно забруднені території. Незмінні або практично не порушені антропогенно-техногенним навантаженням території – це об'єкти природно-заповідного

фонду з регламентованим природокористуванням та з незначним антропогенно-техногенним навантаженням. До їхнього складу входить 121 об'єкт, загальною площею 96760,3 га, що становить 2,91 % від загальної площі території області. Природно-заповідні об'єкти суворої охорони становлять 1,38 % площі області [100].

Висока конкуренція з боку зарубіжних туристичних фірм підвищує вимоги до якості послуг, комфортності й розвитку інфраструктури, розширення спектра видів відпочинку, що надаються клієнтові, сприяє розвиткові ділового й нетрадиційних видів туризму. Це позначається на ціновій політиці, маркетингових методах дослідження і просування кримського туристичного продукту на міжнародний ринок. В умовах нестачі матеріальних коштів фахівці рекомендують акцентувати на розвитку існуючих видів туризму і наданню нового різновиду відпочинку. Це допоможе залучити більшу кількість туристів, збільшить надходження до бюджету цієї галузі [145].

Особливе місце в туристичній індустрії посідає Крим, який більше за 100 років є перлиною туристичної України. Територія Криму характеризується значним культурно-історичним і природно-ландшафтним потенціалом туризму (табл. 9.3). У Криму міжнародного туриста можуть привабити особливості місцевого ландшафту, клімату, 26 родовищ лікувальних грязей, більше 100 джерел мінеральних вод, велика кількість пам'яток історії та культури – 11500, об'єкти природно-заповідного фонду – 6 державних заповідників, 33 заповідники, більше 30 парків-пам'яток садово-паркового мистецтва.

Таблиця 9.3 – Розподіл іноземних туристів за цілями відвідування Криму

Мета відвідування	Кількість туристів по роках, %			
	2000	2001	2002	2003
Спортивно-оздоровча	8	9,6	9,8	6,5
Лікування	10	13,4	12,6	19
Відпочинок	58,1	57	60,5	60
Службова	12,1	9	9	10
Інші	11,8	11	8,1	4,5

Як показано у таблиці, основною метою відвідування Криму закордонними туристами залишається відпочинок біля моря – 60 %. З метою лікування до Криму приїжджає 13,8 % (2004 р.) туристів. Не дивлячись на те, що це відпочинок сезонний, а гори, заповідники, історико-археологічні об'єкти і лікувальні ресурси доступні круглий рік, спортивно-оздоровчою метою відвідує Крим менше 10 % туристів (8,4 % у 2004 р.) [98, 145, 162]. Аналіз показує, що представлені дані корелюють з багаточисельними літературними даними про стан здоров'я нашого

населення: хворих разів у 2 більше, ніж здорових, рухова активність переважної більшості населення України надто низька, ведуть малорухомий і пасивний спосіб життя близько 70 % населення, у тому числі й молодь.

Для розширення меж сезону, збільшення зайнятості населення і надходження доходів від туристичної діяльності, на думку фахівців, слід звернути особливу увагу на ті види туризму, що є актуальними у будь-яку пору року. Найбільш популярними з лінійних маршрутів залишилися маршрути по гірському Криму, печерних містах, Зуйських лісах, екскурсії по палацах-музеях – Воронцовському в Алупці, Олександра III в Массандрі. У 2005 р. Лівадійській палац-музей прийняв 424,6 тисяч туристів.

Оскільки національна структура Криму налічує більше 100 народностей, створюються всі передумови для розвитку етнічного туризму, пов'язаного з наростаючим інтересом народів, які мають схожу мову, спільну історію та культуру. Користуються популярністю серед іноземних туристів винні тури з відвідинами дегустаційних залів, музеїв НВО «Массандра», винзаводу «Новий Світ», Інституту «Магарач», заводу «Коктебель». Екскурсії супроводжуються розповідями про історію створення знаменитих кримських вин від античних часів і до сьогодення.

Один з різновидів пізнавальних мандрівок Кримом – це автомобільний туризм, який надає найбільші можливості для ознайомлення з країною. Хоча доля активно відпочиваючих туристів у загальному обсязі невелика (усього 8,4 % у 2004 р.), вже намічається тенденція з відродження екстремальних видів відпочинку. Наявність у Криму великої кількості карстових печер, гротів, галерей дає поштовх для розвитку археологічного, спелеологічного туризму, альпінізму і скелелазінню. Значного поширення набули велосипедні та гірничо-велосипедні тури на Керченському півострові, планерні тури в районі Коктебеля, кінні тури у с. Лучисте за трьома маршрутами: по Північному і Південному Демерджі, до поляни Манн і до фортеці Фуна, а також в районі печер Мармурова, Червона, на плато Ай-Петрі. Організація нетрадиційних видів туризму допомогла б згладити прояв сезонності кримського туризму, освоїти менш рекреаційно завантажені території та вирішити проблеми зайнятості населення у міжсезонні. Найперспективнішим напрямом розвитку туризму в Криму залишається сільський туризм.

Вивчаючи проблеми прикордонного співробітництва регіонів України у галузі туризму, Н. О. Кравченко й О. О. Зеленська дослідили окремі території Західної України та Білорусії [96]. На території Гомельської області функціонують 34 заклади санаторно-курортного господарства, що об'єднуються в зони відпочинку, найвідомішими з яких є «Терюхи» і «Сож»; організовано 14 ландшафтних і біологічних заповідників, що спеціалізуються на обслуговуванні туристів на маршрутах екотуризму, фотополювання, водного та велосипедного туризму, діє три садиби-музеї, лісове мисливське господарство «Лясковичі».

Серед завдань розвитку туризму, вирішення яких можливе в межах євро регіону «Дніпро», виділяють такі:

- пошук внутрішніх і зовнішніх джерел інвестування для реалізації у співтоваристві спільних проектів із розвитку туризму;
- охорона та відновлення природних рекреаційних ресурсів, обмін досвідом з цього виду діяльності;
- поліпшення стану навколишнього середовища не тільки на рекреаційних, але й на інших територіях;
- пошук та впровадження у практику надання туристичних послуг інновацій;
- поширення інформації про туристичні можливості регіону;
- організація спільних туристичних ярмарків, аукціонів, форумів тощо;
- популяризація видів відпочинку, організація яких можлива в регіоні;
- налагодження контактів з іншими регіонами, державами, регіональними утвореннями, міжнародними організаціями в галузі туризму;
- розробка спільних туристичних проектів;
- сприяння співробітництву між туроператорами і турагентами областей-членів співтовариства [96].

Отже, незважаючи на високі темпи зростання показників міжнародного туризму і наявний туристсько-рекреаційний потенціал, наша країна ще не посідає гідного місця серед європейських лідерів туристського ринку, а отже, має значні резерви для розвитку.

### **9.3. Підготовка кадрового потенціалу для реалізації здоров'язоошаджувальної концепції розвитку туристичної галузі**

Реалізація в туризмі програм активного екологічного менеджменту вимагає залучення до вирішення відповідних питань підготовленого персоналу з екологічним мисленням і відповідною мотивацією. Це потребує створення умов для підвищення кваліфікації працюючих і розробки заходів для ретельного відбору нових співробітників. Такий комплекс завдань під силу екологічно орієнтованому персональному менеджменту організації [95]. Зазначимо, що, говорячи про екологію, маємо на увазі не лише екологічні проблеми природи як такої, але й екологію (природу) людини.

Потреба в екологічно підготовлених кадрах обумовлюється не лише бажанням і мотивацією керівних органів, галузевою приналежністю, технічним рівнем підприємства чи організації, але залежить також від прийнятої на підприємстві моделі екологічного менеджменту. При відборі кадрів важливо визначити наявність і ознаки екологічної та рекреаційної кваліфікації претендента на посаду. У цьому може допомогти галузевий стандарт вищої освіти й освітньо-кваліфікаційні характеристики підготовки фахівця з туризму.

На сучасних підприємствах при відборі кадрів практикується застосування методу *самоселекції*. Суть його полягає в тому, що фірма передає на ринок праці більший, ніж зазвичай, обсяг інформації про свою діяльність, обрану місію, стратегію, політику. Цим створюються умови для більш свідомого вибору вакансій самими претендентами. У результаті це знижує й витрати внаслідок залучення «випадкових людей». Іншим способом самоселекції є включення екологічних вимог у трудовий договір.

При розв'язанні проблеми розстановки кадрів і організації роботи персоналу важливо враховувати постійну появу нових проблем, що постають перед підприємством. Тому виникає складність у визначенні для кожного співробітника ясних і чітких кваліфікаційних вимог і посадових обов'язків. Це стосується й екологічних вимог. Ця умова означає, що зростає попит на співробітників з так званими ключовими кваліфікаціями (компетенціями). Володіння ними дозволяє вирішувати проблеми не лише виходячи з вузьких завдань якогось відділу, наприклад екологічного, а з бачення проблеми більш широко, зокрема з урахуванням сфер діяльності інших підрозділів. До таких кваліфікацій (компетенцій) належать:

- здатність структурувати складні проблеми;
- креативність (творчий підхід);
- критичний склад розуму, включаючи здатність приймати критику;
- наявність спеціального інтелекту;
- спрямованість на майбутнє;
- комунікативні здібності;
- готовність до постійного підвищення кваліфікації;
- здатність переключатися на нові сфери діяльності.

Питанням персонального менеджменту приділено особливу увагу у стандартах ISO 14000. Принциповим є те, що розв'язання екологічних проблем не може бути покладено лише на персонал екологічної служби, а мають вирішуватися всіма співробітниками при участі у відповідних заходах. Екологічно орієнтований розвиток персоналу передбачає, зокрема, таке:

- підвищення рівня спеціальних екологічних знань персоналу (природничо-наукових, технічних, правових, управлінських) і його навичок, включаючи роботу в аварійних екстремальних екологічних ситуаціях;
- вироблення компетенції з вирішення складних екологічних проблем за допомогою покращення комунікативних якостей і міжгалузевої співпраці;
- підвищення здатності вирішувати нові проблеми, прихильність до екологічних питань.

Реалізуючи зазначені заходи, необхідно виробляти у персоналу готовність і бажання застосовувати отримані нові знання у практичній діяльності. На Заході велика увага приділяється формуванню у працівників емоційного ставлення до екологічних проблем шляхом особистого



усвідомлення негативної дії на природу конкретних виробництв, продукції, послуг [90].

Для формування природоохоронної та здоров'язоощаджувальної мотивації співробітників сучасних фірм можна використовувати такі заходи:

- створити імідж (образ) екологічно свідомого і здоров'язберігаючого підприємства;
- організувати внутрішньофірмові курси з підвищення кваліфікації у сфері екології природи і людини, фізичної культури, спорту і туризму, рекреації та фізичної реабілітації;
- орієнтувати працівників на групові форми розв'язання проблем, що передбачають достатню свободу в процесі ухвалення рішень з питань екології та здоров'я людини і природи;
- забезпечити реалізацію зрозумілої ідеології сталого розвитку організації з урахуванням екологічних і здоров'язоощаджувальних чинників;
- організувати робочі місця для працівників галузі, організації, фірми з біоадекватною фізіологічною вартістю роботи і відпочинку;
- інформувати співробітників про цільові, реальні та прогностичні показники здоров'язбереження й екологічної безпеки, пов'язуючи їх з економічними показниками;
- зобов'язати всіх співробітників брати посильну участь у спортивно-оздоровчих заходах фірми для поглиблення розуміння взаємозалежностей здоров'я від способу життя й екології;
- виробити систему заохочення персоналу бути здоровим, взявши за основу, наприклад, такі показники, як частота захворюваності й наявність шкідливих звичок.

## Висновки

Освітня система сама по собі не здатна асимілювати зміни, що відбуваються у світі, зокрема тенденцію до прагнення безпеки людського розвитку при наявності проблем глобалізації. Необхідна переорієнтація громадської свідомості, щоб нові умови існування людства на етапі ноосферного розвитку знайшли віддзеркалення в освіті. При цьому фізіологічна вартість самого процесу навчання має бути адекватною психофізіологічним можливостям осіб, що навчаються. У вищій професійній школі викладачі мають чутливо реагувати на основні тенденції розвитку суспільства і людини, забезпечувати необхідний рівень особистісно-професійного розвитку майбутнього фахівця, який був би конкурентоздатним на ринку праці глобалізованого світу.

Щоб система професійної освіти була здоров'язоощаджувальною, треба організувати навчальний процес так, щоб юнаки і дівчата отримали необхідний обсяг знань, умінь і навичок, але при цьому фізіологічна вартість навчальної роботи була б адекватною біологічним можливостям студентів і викладачів. За цих умов можна говорити також про розбудову здоров'яформуючої системи освіти. Варіанти реалізації таких спрямувань, на нашу думку, можуть бути такими:

- розробка і впровадження нових (біоадекватних, здоров'язоощаджувальних і здоров'яформуючих) технологій і методик викладання;
- організацію навчального процесу треба привести у відповідність до вимог психофізіологічної доцільності й безпеки життєдіяльності людини певного віку, використовуючи ретельно розроблені рекомендації з наукової організації розумової праці.

Апробація однієї з біоадекватних методик педагогіки ноосферного розвитку (*REAL*-методики) у навчальному процесі вишу дала позитивний результат: підвищилася творча активність студентів, спостерігалася позитивна динаміка прояву вольових якостей і навичок самостійної роботи (самодисципліна, самоорганізація, самоініціація а також працьовитість тощо). У порівнянні з традиційною, ефективність *REAL*-методики була вищою за рахунок скорочення витрат часу на етапи засвоєння інформації.

У професійній підготовці студентів доцільно використовувати акмеологічну парадигму формування особистості фахівця і його професійної кар'єри. Головною умовою досягнення високих професійних результатів, а в широкому сенсі – успішної реалізації людини у житті, є професіоналізм, який значною мірою залежить від професійного здоров'я фахівця.

Туризм як галузь господарювання і вид фізкультурно-спортивної й оздоровчо-рекреаційної діяльності має багатий арсенал можливостей для формування особистості майбутнього фахівця, конкурентоспроможного на міжнародному ринку праці, який має цілісне, здоров'язоощаджувальне мислення й оптимальний рівень професійного здоров'я.

## Список використаних джерел

1. Про вищу освіту [Текст] : [закон України : офіц. текст: за станом на 19 жовтня 2006 року]. – К. : Парламентське вид-во, 2006. – 64 с. – ISBN 966-611-506-9.

2. Про туризм [Текст] : [Закони України: офіц. Текст]. – К. : Парламентське вид-во, 1997. – Т. 9. – С. 171–183.

3. Про стратегію національної безпеки України [Електронний ресурс] : указ Президента України від 12 лютого 2007 року № 105/2007. – Режим доступу : <http://www.gdo.kiev.ua/zmist/2007/zmist.php?11#389>

4. Про затвердження Державної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2007–2011 роки [Електронний ресурс] : постанова Кабінету Міністрів України від 15 листопада 2006 р. № 1594 3078. – Режим доступу : <http://www.gdo.kiev.ua/zmist/2006/zmist.php?46#3078>

5. Про схвалення Концепції демографічного розвитку на 2005–2015 роки [Електронний ресурс] : розпорядження Кабінету Міністрів України 8 жовтня 2004 р. № 724-р 2719. – Режим доступу : <http://www.gdo.kiev.ua/zmist/2004/zmist.php?41#2719>

6. Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах [Електронний ресурс] : наказ Міністерства освіти і науки України від 11.01.2006 № 4. – Режим доступу : [http://www.gdo.kiev.ua/n\\_acts\\_ind.htm](http://www.gdo.kiev.ua/n_acts_ind.htm)

7. Про затвердження заходів з реалізації „Національної доктрини розвитку фізичної культури і спорту у 2005 році” [Електронний ресурс] : наказ Міністерства освіти і науки України від 14.03.2005 № 151. – Режим доступу : [http://www.gdo.kiev.ua/n\\_acts\\_ind.htm](http://www.gdo.kiev.ua/n_acts_ind.htm)

8. Про затвердження заходів МОЗ України з розвитку фізичної культури і спорту на 2007–2011 роки [Електронний ресурс] : наказ МОЗ України від 18.01.2007 № 15. – Режим доступу : <http://www.moz.gov.ua/>

9. Про затвердження „Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах” [Електронний ресурс] : наказ Міністерства освіти і науки України № 4 від 11.01.2006. – Режим доступу : <http://www.gdo.kiev.ua/zmist/2006/zmist.php?46#3078>

10. Про посилення роботи щодо профілактики захворюваності дітей у навчальних закладах та формування здорового способу життя учнівської та студентської молоді [Електронний ресурс] : наказ Міністерства освіти і науки України від 21.04.2005 № 242/178 // Освіта України. – Київ, 2005. – № 31. – С. 1–2, 4. – Режим доступу : <http://www.moz.gov.ua/>

11. Амельченко И. А. Физкультурно-спортивная активность в контексте формирования культуры здоровья студенческой молодежи [Электронный ресурс] / И. А. Амельченко, Е. Г. Олейник // Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях : сб. стат. IV Междунар.

науч. конф. ; под ред. С. С. Ермакова. – Харьков–Белгород–Красноярск, 2008. – С. 3–6. – Режим доступа : <http://www.sportscience.org>

12. Амосов Н. М. Энциклопедия Амосова. Раздумья о здоровье [Текст] / Н. М. Амосов. – М. : АСТ; Донецк : Сталкер, 2005. – 287 с.

13. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания [Текст] / Б. Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2001. – 272 с.

14. Антоненко Н. В. Педагогика ноосферного развития [Текст] / Н. В. Антоненко, М. В. Ульянова. – М. : Экон-Информ, 2007. – 220 с.

15. Астафьев Б. А. Основы Мироздания [Текст] / Б. А. Астафьев. – М. : Белые альвы, 2002. – 320 с.

16. Астафьев Б. А. Стратегический прогноз и управление на основе Генома и Законов Мира: Теория и практика [Текст] / Б. А. Астафьев. – М. : Институт холодинамики, 2007. – 184 с.

17. Афанасьев П. А. Школа йога: восточные методы психофизического самосовершенствования [Текст] / П. А. Афанасьев. – М. : Полымя, 1991. – 155 с.

18. Бальсевич В. К. Интеллектуальный вектор физической культуры человека (к проблеме развития физкультурного знания) / В. К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 1991. – № 7. – С. 37–41.

19. Бардин К. В. Азбука туризма / К. В. Бардин. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – 197 с.

20. Безпека людського розвитку: економіко-теоретичний аналіз [Текст] : монографія / [Л. С. Шевченко, О. А. Грищенко, Т. М. Камінська та ін.] ; за ред. Л. С. Шевченко. – Х. : Право, 2010. – 448 с.

21. Беспутчик В. Г. Некоторые аспекты развития системы дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта / В. Г. Беспутчик // Дополнительное профессиональное образование в области физической культуры, спорта и туризма. Современное состояние и пути развития: матер. Междунар. науч.-практ. конф. – Мн. : БГУФК, 2008. – С. 9–11.

22. Бех І. Д. Особистісно зорієнтоване виховання [Текст] / І. Д. Бех. – К. : ІЗМН., 1998. – 204 с.

23. Бомин В. А. Влияние физических нагрузок при проведении похода выходного дня в условиях среднегорья на организм туристов / В. А. Бомин, Е. В. Бирюкова // Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях: интеграция в европейское образовательное пространство : сб. стат. Междунар. электрон. науч. конф. ; под ред. С. С. Ермакова. – Х. : ХГАДИ, 2005. – С. 31–33.

24. Бондаренко И. Г. Прикладная направленность процесса физического воспитания студентов, обучающихся по направлению подготовки «экология» (результаты анкетирования) [Электронный ресурс] / И. Г. Бондаренко, Н. М. Шмалько // Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях : сб. стат. IV Междунар. науч. конф. ; под ред.

С. С. Ермакова. – Харьков–Белгород–Красноярск, 2008. – С. 13–16. – Режим доступа : <http://www.sportsscience.org>

25. Бондаренко Т. В. Вивчення біологічного віку студентів / Т. В. Бондаренко, Т. О. Шандренко // Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. – № 3. – С. 38–40.

26. Бондаренко Т. В. Ноосферное мышление: онтологические основания и методики внедрения : монография / Т. В. Бондаренко, А. П. Заздравнов, Е. Л. Панина. – Х. : СПД ФО Бровін О. В., Стиль-издат, 2012. – 418 с.

27. Бондаренко Т. В. Социокультурное значение туризма / Т. В. Бондаренко, Е. Л. Панина // Матер. підсумк. наук. конф. ХНАУ ім. В. В. Докучаєва. – Х. : ХНАУ, 2012. – С. 71–72.

28. Борейко Н. Ю. Впровадження особистісно орієнтовних принципів в навчальний процес з фізичного виховання студентів / Н. Ю. Борейко // Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях : сб. стат. VII междунар. науч. конф. – Белгород : БГТУ им. В. Г. Шухова, 2011. – С. 48–52.

29. Борейко Н. Ю. Модель профессиональной физической культуры будущего инженера / Н. Ю. Борейко // Физическое воспитание студентов творческих специальностей : сб. науч. трудов ; под ред. С. С. Ермакова. – Х. : ХГАДИ, 2009. – № 4. – С. 22–29.

30. Борейко Н. Ю. Педагогічні умови професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих технічних навчальних закладів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04. / Н. Ю. Борейко. – Х., 2008. – 20 с.

31. Борейко Н. Ю. Роль викладача в особистісно орієнтованому навчальному процесі з фізичного виховання [Електронний ресурс] / Н. Ю. Борейко // Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях : сб. стат. II Междунар. электрон. науч. конф. ; под ред. С. С. Ермакова. – Харьков–Белгород–Красноярск, 2006. – С. 19–22. – Режим доступа : <http://www.sportsscience.org>

32. Борейко Н. Ю. Формирование аксиологического, когнитивного и индивидуально-творческого компонентов профессиональной физической культуры личности студентов технологического вуза / Н. Ю. Борейко // Физическое воспитание студентов творческих специальностей : сб. науч. трудов; под ред. С. С. Ермакова – Х. : ХГАДИ (ХХПИ), 2009. – № 4. – С. 30–37.

33. Британская традиция // Спорт для всех. – 1996. – № 1–2. – С. 37.

34. Булашев А. Я. Спортивно-оздоровительный туризм [Текст] : учеб. пособие / А. Я. Булашев, В. И. Нечаев, А. С. Ровный. – Х. : ХГАФК, 2003. – 192 с.

35. Быховская И. М. Физическая культура как практическая аксиология человеческого тела: методологические основания анализа

проблемы / И. М. Быховская // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. – № 2. – С. 8–13.

36. Вакуленко Ю. Педагогика на рубеже тысячелетий: от школы-хозяйств А. С. Макаренка к школе-деревне М. П. Щетинина / Ю. Вакуленко // Імідж сучасного педагога. – 2002. – № 4–5. – С. 98–99.

37. Варіативна частина освітньо-кваліфікаційної характеристики // Освітньо-кваліфікаційна характеристика та освітньо-професійна програма підготовки магістра напряму підготовки 0504 „Туризм”, спеціальність 8.050401 «Туризм» [Текст] / [І. М. Писаревський, Л. А. Нохріна, М. М. Поколюдна та ін.] – Х. : ХНАМГ, 2010.

38. Васильев В. М. Методические рекомендации по выполнению выпускной квалификационной работы бакалавра физико-математического образования профиль «Информатика» [Текст] : учеб. пособие / В. М. Васильев. – СПб. : РГПУ им. А. И. Герцена, 2003. – 102 с.

39. Васильев Ю. К. Развитие экологической культуры студентов на занятиях по туризму / Ю. К. Васильев, Ж. Л. Козина, А. В. Козин // Физическое воспитание студентов творческих специальностей : сб. науч. трудов; под ред. С. С. Ермакова. – Х. : ХГАДИ, 2009. – № 4. – С. 37–46.

40. Вацеба О. Нариси з історії спортивного руху в Західній Україні [Текст] / О. Вацеба. – Ів.-Фр. : Лілея – НВ, 1997. – 231 с.

41. Виленский М. Я. Основные сущностные характеристики педагогической технологии формирования физической культуры личности / М. Я. Виленский, Г. М. Соловьев. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка – 2001. – № 3. – С. 2–8.

42. Виленский М. Я. Физическая культура в гуманитарном образовательном пространстве ВУЗа [Электронный ресурс] / М. Я. Виленский // Физическая культура. – 1996. – № 1. – Режим доступа : <http://www.infosport.ru/PRESS/FKVOT/1996N1/p27-32.htm>

43. Вітвицька С. С. Основи педагогіки вищої школи [Текст] : підруч. / С. С. Вітвицька. – К. : Центр навчальної літератури, 2006. – 384 с.

44. Волков В. А. Основы професійно-прикладної фізичної підготовки студентської молоді [Текст] : учеб. пособие / В. А. Волков. – К. : Знання України, 2004. – 82 с.

45. Вопросы жизни (из трудов Н. И. Пирогова и В. Я. Данилевского) [Текст] / [сост. О. М. Белецкая]. – Х. : Форт, 2004. – 88 с.

46. Воронин Д. Е. О сущности аксиологического подхода формирования здоровьесберегающей культуры студентов вуза / Д. Е. Воронин // Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях: интеграция в европейское образовательное пространство : сб. стат. Междунар. электрон. науч. конф. ; под ред. С. С. Ермакова. – Х. : ХГАДИ, 2005. – С. 56–59.

47. Восток–Россия–Запад. Современные процессы развития физической культуры, спорта и туризма. Состояние и перспективы

формирования здорового образа жизни [Текст] : сб. матер. Междунар. симпозиума. – Красноярск : РИО СФУ, 2008. – 483 с.

48. Філь С. М. Історія фізичної культури : навч. посібник [Текст] / С. М. Філь, О. М. Худ олій, Г. В. Малка ; за ред. С. М. Філя. – Х. : „ОВС”, 2003. – 160 с.

49. Выдрин В. М. Физическая культура – вид культуры личности и общества (Опыт историко-методологического анализа проблемы) [Текст] : монография / Выдрин В. М. – СПб. : ГАФК П.Ф. Лесгафта, 2004. – 153 с.

50. Газизов Д. Д. Динамика адаптации спортсменов туристов в условиях горной местности / Д. Д. Газизов // Восток–Россия–Запад. Современные процессы развития физической культуры, спорта и туризма. Состояние и перспективы формирования здорового образа жизни : сб. матер. Междунар. симпозиума. – Красноярск : РИО СФУ, 2008. – С. 153–157.

51. Галкин В. В. Экономика спорта и спортивный бизнес [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В. В. Галкин. – М. : Из-во «Кнорус», 2006. – 320 с. – Режим доступа : <http://institutiones.com/download.html>

52. Ганопольский В. И. Туристская деятельность: проблемы терминологии и пути их решения применительно к моделированию и программированию системы туристского образования / В. И. Ганопольский // Мир спорта. – 2001. – № 1. – С. 18–20.

53. Геокультурний потенціал агропромислового комплексу України [Текст] / [Євтушенко М. Д., Заздравнов А. П., Заздравнова О. І. та ін.] ; за ред. А. П. Заздравнова. – Х. : ХНАУ, 2005. – 488 с.

54. Гигиена окружающей среды в СССР : ежегодные публикации об исследованиях авторов / [под ред. Г. И. Сидоренко; АМН СССР] / – М. : Медицина, 1987. – 288 с.

55. Глобализация как стержневая проблема грядущего мирового развития / О. Т. Богомолов, А. С. Горелик, М. Г. Делягин и др. // Международная жизнь. – 2000. – № 11. – С. 3–24.

56. Головченко Г. Т. Вивчення адаптаційних можливостей студентів-міжнародників / Г. Т. Головченко, Т. В. Бондаренко // Молода спортивна наука України : зб. наук. стат. з галузі фіз. культ. та спорту. – Львів : ЛДІФК, 2001. – Вип. 5. – Т. 1. – С. 43–45.

57. Головченко Г. Т. Инвайроментальное образование – образование XXI века / Г. Т. Головченко, Т. В. Бондаренко, О. В. Бондаренко // Європейські інтеграційні процеси і транскордонне співробітництво : тези доп. III Міжнар. наук.-практ. конф. – Луцьк : ВДУ, 2006. – Т.1. – С. 398–401.

58. Головченко Г. Т. Соціально-педагогічні аспекти використання туризму у роботі зі студентами / Г. Т. Головченко, Т. В. Бондаренко, К. Л. Паніна // Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи : зб. II Міжнар. наук.-практ. конф. – Дрогобич : ДДПУ, 2003. – С. 11–18.

59. Головченко Г. Т. Формирование личности специалиста средствами физического воспитания [Текст] : учеб. пособие / Г. Т. Головченко, Т. В. Бондаренко. – Х.: ИВМО «ХК», 2001. – 156 с.
60. Голощапов Б. Р. История физической культуры и спорта [Текст] : учеб. пособие / Б. Р. Голощапов. – М. : Академия, 2005. – 312 с.
61. Грінь Г. І. Формування позитивного ставлення студентів до навчання / Г. І. Грінь, С. Т. Золотухіна, С. О. Грінь // Вестник ХГПУ: спец. выпуск по матер. науч.-метод. конф. – Вып. 22. – Х. : ХГПУ. – С. 90–91.
62. Грішнова О. А. Людський розвиток [Текст] : навч. посібник / О. А. Грішнова. – К. : КНЕУ, 2006. — 308 с.
63. Давыдов В. В. Культура, образование, мышление / В. В. Давыдов, В. П. Зинченко // Перспективы. – 1992. – № 1/2. – С. 7–16.
64. Дашкевич О. В. Эмоциональная регуляция деятельности в экстремальных условиях : автореф. дисс. на соиск. науч. степени докт. психол. наук / О. В. Дашкевич. – М., 1985. – 20 с.
65. Диалог и взаимодействие цивилизаций Востока и Запада: альтернативы на XXI век [Текст] : матер. IV Междунар. Кондратьев. конф. – М. : МФК, 2001. – 616 с.
66. Доклад о развитии человека 2007/2008. Борьба с изменениями климата: человеческая солидарность в разделённом мире [Электронный ресурс] ; пер. с англ. – М. : Издательство «Весь Мир», 2007. – 400 с. – Режим доступа : <http://hdr.undp.org>
67. Дрейер О. К. Развивающийся мир и экологические проблемы / О. К. Дрейер, В. А. Лось. – М. : Знание, 1991. – 64 с.
68. Дробышевская Т. В. Экономико-правовые проблемы управления городом / Т. В. Дробышевская // Економіка та право. – 2010. – № 1. – С. 137 – 142.
69. Дубинин Н. П. Экологическая напряженность и генофонд человека / Н. П. Дубинин // Экологическая альтернатива [Текст] ; [под общ. ред. М. Я. Лемешева]. – М. : Наука, 1990. – С. 573–582.
70. Дурыхин Е. В. Некоторые аспекты профессионально-прикладной физической подготовки студентов в вузах строительного профиля [Электронный ресурс] / Е. В. Дурыхин, А. В. Дейкун, Б. Я. Гончаров // Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях : сб. стат. IV Междунар. науч. конф. ; под ред. С.С. Ермакова. – Харьков–Белгород–Красноярск, 2008. – С. 34–36. – Режим доступа : <http://www.sportscience.org>
71. Економічна безпека держави: сутність та напрями формування [Текст]: монографія / [Л. С. Шевченко, О. А. Грищенко, С. М. Макуха та ін.] ; за ред. Л. С. Шевченко. – Х. : Право, 2009. – 312 с.
72. Зайцев В. П. Формирование оздоровительной культуры студентов в специальном учебном отделении [Текст] : монография / В. П. Зайцев, С. И. Крамской. – Белгород : БелГТАСМ, 2003. – 232 с.
73. Залаєва С. Ш. Фізична рекреація в системі курортології / С. Ш. Залаєва, С. В. Манучарян, М. О. Полякова // Физическое воспитание



студентов творческих специальностей : сб. науч. трудов ; под ред. С. С. Ермакова. – Х. : ХГАДИ, 2009. – № 3. – С. 23–26.

74. Заневська Л. Г. Підготовка фахівців зі спортивно-оздоровчого туризму у ЗВО Центрально-східної Європи / Л. Г. Заневська // Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях: интеграция в европейское образовательное пространство : сб. стат. Междунар. электрон. науч. конф. ; под ред. С. С. Ермакова. – Х. : ХГАДИ, 2005. – С. 150–157.

75. Здоровьеформирующие технологии в контексте гендерного подхода [Текст] : монография / [В. П. Зайцев, Н. А. Олейник, С. И. Крамской и др.] ; под ред. Н. А. Олейника, В. П. Зайцева. – Х. : ХГАФК, 2009. – 226 с.

76. Здоровьеформирующие технологии в учебном процессе по дисциплине «Физическая культура» [Текст] : учеб. пособие / [С. И. Крамской, В. П. Зайцев, Н. А. Олейник и др.] ; под ред. С. И. Крамского, В. П. Зайцева. – Х. : ХГАФК, 2010. – 348 с.

77. Зуй М. М. Проблеми та перспективи розвитку туризму як пріоритет регіонального розвитку України / М. М. Зуй // Європейські інтеграційні процеси і транскордонне співробітництво : тези доп. III Міжнар. наук.-практ. конф. – Луцьк : РВВ «Вежа» ВДУ, 2006. – Т. 2. – С. 269–272.

78. Ильин А. В. Организация и проведение соревнований по туризму в высших учебных заведениях / А. В. Ильин // Современные технологии и оздоровительные программы педагогического процесса по физической культуре и спорту в учебных заведениях : тезисы докл. науч.-практ. конф. – Белгород : БелГТАСМ, 2002. – С. 133–136.

79. Ильин Е. П. Психология воли [Текст] : учеб. пособие / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2002. – 288 с.

80. Ильяева И. А. Традиции и новации в образовании 21 века / И. А. Ильяева // Высшее образование: опыт, проблемы, перспективы : сб. докл. Всерос. науч.-практ. конф. – Губкин : ИП Уваров В. М., 2008. – Часть IV. – С. 9–14.

81. Инженер XXI века: личность и профессионал в свете гуманизации и гуманитаризации высшего технического образования [Текст] : монография / [под ред. М. Е. Добрускина]. – Х. : Рубикон, 1999. – 512 с.

82. История туризма / [состав. С. Н. Макаренко, А. Э. Саак]. – Таганрог : Изд-во ТРТУ, 2003. – 94 с.

83. Источники финансирования // Спорт для всех. – 1996. – № 1–2. – С. 36.

84. Казначеев В. П. Адаптация человека в различных климатогеографических и производственных условиях [Текст] / В. П. Казначеев. – М. : Наука, 1981. – С. 3–24, 92–107, 136–168.

85. Карп В. С. Гармонізація українського ринку туристичних послуг як обов'язкова умова інтеграції до загальноєвропейського туристичного простору / В. С. Карп // Європейські інтеграційні процеси і транскордонне

співробітництво : тези доп. III Міжнар. наук.-практ. конф. – Луцьк : РВВ «Вежа» ВДУ, 2006. – Т. 2. – С. 201–204.

86. Китов А. И. Экономическая психология [Текст] / А. И. Китов. – М.: Экономика, 1987. – 301 с.

87. Климов Е. А. Как выбрать профессию [Текст] / Е. А. Климов. – М.: Просвещение, 1984. – 160 с.

88. Ключко В. М. Фізичне і психічне здоров'я студентів в умовах переходу на Болонську систему освіти / В. М. Ключко, Т. В. Бондаренко // Сучасні аспекти виховання студентської молоді : тези доп. II наук.-практ. конф. – Х. : ХНАМГ, 2007. – С. 128–130.

89. Коган М. Э. Поведенческие индикаторы этнокультурных ориентаций горожан / М. Э. Коган // Этнические стереотипы поведения : сб. науч. статей ; [под ред. А. К. Байбурина]. – Л. : Наука, 1985. – С. 34–45.

90. Кожушко Л. Ф. Екологічний менеджмент [Текст] : підруч. / Л. Ф. Кожушко, П. М. Скрипчук. – К. : Видавничий центр „Академія”, 2007. – 430 с.

91. Кононенко В. Г. Основы экологии [Текст] : учеб. пособие / В. Г. Кононенко, Г. Т. Головченко. – Х. : ИВМО «ХК», 2001. – 339 с.

92. Кононенко Т. П. Формування домінуючих мотивів – категорій у самооцінці стилю управління в туристичній діяльності / Т. П. Кононенко // Слобожанський науково-спортивний вісник : зб. наук. стат. – Вип. 12. – Х. : ХДАФК, 2007. – С. 348–350.

93. Костриця М. М. Розвиток сільського туризму: європейський досвід для України / М. М. Костриця // Європейські інтеграційні процеси і транскордонне співробітництво: тези доп. III Міжнар. наук.-практ. конф. – Луцьк : РВВ «Вежа» ВДУ, 2006. – Т. 2. – С. 208–210.

94. Котенко Т. М. Розвиток сільського зеленого туризму як складова виходу України на європейський ринок туристичних послуг / Т. М. Котенко // Європейські інтеграційні процеси і транскордонне співробітництво : тези доп. III Міжнар. наук.-практ. конф. – Луцьк : РВВ «Вежа» ВДУ, 2006. – Т. 2. – С. 204–207.

95. Кравченко Н. Б. Деякі аспекти підбору персоналу з екологічним мисленням / Н. Б. Кравченко, Т. В. Бондаренко // Природне середовище України і духовність : матер. Міжнар. наук.-практ. конф. – Ужгород : Вид-во УжНУ «Говерла», 2008. – С. 70–71.

96. Кравченко Н. О. Співробітництво у галузі туризму в межах прикордонного співробітництва «Єврорегіон «Дніпро» / Н. О. Кравченко, О. О. Зеленська // Європейські інтеграційні процеси і транскордонне співробітництво : тези доп. III Міжнар. наук.-практ. конф. – Луцьк : РВВ «Вежа» ВДУ, 2006. – Т. 2. – С. 325–328.

97. Крушельницкий А. А. Мотивы занятий туризмом у лиц разного пола и возраста / А. А. Крушельницкий, Е. В. Андреева // Валеология и физическая реабилитация в учебно-исследовательской работе : междунар. сб. науч.-метод. работ. – Белгород : ББМК, 1996. – С. 372–376

98. Крым. Курорты. Туризм : статистический бюллетень. – Симферополь : Таврида, 2003. – 25 с.

99. Крюков Ю. Г. Вплив середовищних факторів на організм школяра / Ю. Г. Крюков, М. В. Молнар, М. В. Щербей и др. // Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи: зб. наук. стат. II Міжнар. конф. – Вип. 2. – Дрогобич : «Коло». – С. 81–87.

100. Куделіна С. Б. Екологічні аспекти розвитку території Одеської області / С. Б. Куделіна, В. В. Яворська // Європейські інтеграційні процеси і транскордонне співробітництво : тези доп. III Міжнар. наук.-практ. конф. – Луцьк : РВВ «Вежа» ВДУ, 2006. – Т. 2. – С. 386–389.

101. Кузин А. М. Природный радиоактивный фон и его значение для биосферы Земли [Текст] / А. М. Кузин. – М. : Наука, 1991. – 150 с.

102. Кузин В. В. Концептуальные основы подготовки кадров по специальности «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» / В. В. Кузин, С. А. Гониянц, А. И. Исмаилов, В. Г. Щербаков // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 5. – С. 47 – 49.

103. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта ; пер. с венг. [Текст] / Л. Кун ; под общ. ред. В. В. Столбова. – М. : Радуга, 1982. – 399 с.

104. Курілова В. І. Формування основ здорового способу життя у студентської молоді засобами туристично-краєзнавчої роботи / В. І. Курілова, Г. В. Казачковська, О. Я. Комаров та ін. // Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи : зб. наук. стат. II Міжнар. конф. – Дрогобич : Коло, 2003. – С. 602–606.

105. Курьер // Спорт для всех. – 1996. – № 1–2. – С. 40, 45.

106. Лозовая О. Н. Ментальность города и села как объект психосемантического исследования: к постановке проблемы / О. Н. Лозовая // Журнал практикующего психолога. – Вып. 15. – 2009. – С. 130–140.

107. Лубышева Л. И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью / Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 6. – С. 10–15.

108. Лубышева Л. И. Социология физической культуры и спорта [Текст] : учеб. пособие / Л. И. Лубышева. – М. : Издат. центр «Академия», 2001. – 240 с.

109. Любиев А. И. Здоровье нации, традиции, эволюция общего и физкультурного образования в эпоху глобализации Запада и Востока [Текст]: учеб. пособие / А. И. Любиев, Т. В. Бондаренко, А. С. Горлов. – Х. : НТУ „ХПИ”, 2010. – 268 с.

110. Любиев А. И. Историко-философские и методические аспекты физической культуры Китая [Текст] : учеб. пособие / А. И. Любиев, Т. В. Бондаренко, А. С. Горлов. – Х. : НТУ «ХПИ», 2008. – 216 с.

111. Макаренко А. С. Воспитание культурных навыков : собр. соч. в 7 т. [Текст] / А. С. Макаренко. – М. : Педагогика, 1957. – Т. 4. – С. 417–428.

112. Максимов В. А. Экономика туризма [Текст] : учеб. / В. А. Максимов. – СПб. : Питер, 2005. – 122 с.
113. Малая Л. Т. Профилактика хронических неинфекционных заболеваний внутренних органов в Украине. Итоги и перспективы / Л. Т. Малая // Роль первичной и вторичной профилактики основных терапевтических заболеваний в улучшении качества жизни : тезисы докл. науч. республ. конф. – Х. : Изд-во «Форт», 2001. – С. 3–6.
114. Мамутова М. В. Экономическая политика развития туристической индустрии в Украине: проблемы, зарубежный опыт, краткий анализ ситуации в регионе / М. В. Мамутова, И. В. Демиденко // Порметей: региональный сб. науч. трудов по экономике. – Донецк : Юго-Восток, 2001. – С. 252–261.
115. Маслова Н. В. Ноосферное образование: методология, технология, инструментарий / Н. В. Маслова // Ноосферное образование – фундамент устойчивого развития общества: матер. XXI Междунар. науч.-практ. конф. – Севастополь : Издатель Кручинин Л. Ю., 2007. – С. 30 – 50.
116. Маслова Н. В. Ноосферное образование [Текст] : монография / Н. В. Маслова. – М. : Инст-т холодинамики, 2002. – 338 с.
117. Маслова Н. В. Ноосферное образование – стратегический ресурс общества / Н. В. Маслова // Ноосферное образование – фундамент устойчивого развития общества : матер. XXI Междунар. науч.-практ. конф. – Севастополь : Издатель Кручинин Л. Ю., 2007. – С. 21–29.
118. Маслова Н. В. Периодическая система общих законов познания и постижения [Текст] / Н. В. Маслова. – М. : Инст-т холодинамики, 2007. – 180 с.
119. Мацолє В. Туристична «TERRA INCOGNITA» / В. Мацолє // Зеркало недели. – 1999. – С. 12–15.
120. Медицинский справочник тренера [Текст] / [сост. В. А. Геселевич]. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 271 с.
121. Международные контакты // Спорт для всех. – 1996. – № 1–2. – С. 54 – 56.
122. Мескон М. Основы менеджмента [Текст] / М. Мескон, М. Альберт, Ф. Хедоури ; пер. с англ. – М. : Дело, 1994. – 699 с.
123. Миронов Ю. Б. Маркетинг в туризмі [Електронний ресурс] : конспект лекцій / Ю. Б. Миронов. – Режим доступу : <http://tourlib.net/>
124. Мицкан Б. Маркетингове обґрунтування туристично-оздоровчих послуг в Прикарпатському регіоні / Б. Мицкан, С. Оришко // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. праць. – Луцьк : Вид-во „Волинська обласна друкарня”, 2002. – Т. 2. – С. 92–93.
125. Многомерный образ человека : комплексное междисциплинарное исследование человека [Текст] / Н. Н. Авдеева, И. И. Ашмарин, В. Г. Борзенков и др. – М. : Наука, 2001. – 237 с.

126. Мусієнко О. В. Визначення рівня підготовки студентів – майбутніх фахівців спортивно-оздоровчого туризму / О. В. Мусієнко, К. О. Крапівіна, В. В. Стрельченко та ін. // Слобожанський науково-спортивний вісник : зб. наук. стат. – Вип. 12. – Х. : ХДАФК, 2007. – С. 273–275.

127. Никифоров В. В. Кореляційні зв'язки рівнів забруднення абіотичного середовища та захворюваності населення / В. В. Никифоров, Т. Ф. Козловська // Освіта регіону : матер. VI Всеукр. наук.-практ. конф. „Україна: ноосферно біосферний потенціал освіти регіону”. – Кременчук : Вид-во „ПП Щербатих”, 2006. – С. 150–151.

128. Никулин А. Ф. Вариативные принципы подготовки специалистов в условиях рыночной экономики Украины / А. Ф. Никулин, М. Н. Карманов // Освіта регіону : матер. VI Всеукр. наук.-практ. конф. „Україна: ноосферно біосферний потенціал освіти регіону”. – Кременчук : Вид-во „ПП Щербатих”, 2006. – С. 76–81.

129. Ноосферное образование в Украине [Текст] : сб. науч. статей / [под ред. Г. В. Курмышева, В. М. Клочко]. – Вып. 2. – Х. : ХНАМГ–«Дом В. И. Вернадского», 2008. – 212 с.

130. Ноосферное образование в Украине [Текст] : сб. науч. статей / [ред. коллегия В. П. Бабич, И. А. Ионов, Г. В. Курмышев и др.]. – Вып. 1. – Х. : ХНПУ им. Г. С. Сковороды, 2007. – 229 с.

131. Ноосферные идеи в космизме и в современной науке [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://tainimirozdania.ucoz.ru/publ/rss/>

132. Організація туризму [Текст] : підруч. / І. М. Писаревський, С. О. Погасій, М. М. Покоloodна та ін. ; за ред. І. М. Писаревського. – Х. : ХНАМГ, 2008. – 541 с.

133. Освітньо-кваліфікаційна характеристика та освітньо-професійна програма підготовки бакалавра напряму підготовки 0504 „Туризм” : галузевий стандарт вищої освіти [Текст]. – К. : Вища школа, 2004. – 72 с.

134. Основи філософських знань [Текст] : підруч. / [М. І. Горлач, В. Г. Кремень, С. М. Ніколаєнко та ін. – К. : Центр навчальної літератури, 2008. – 1028 с.

135. Особенности маркетинга в туризме [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.allbest.ru/>

136. Особливості функціонування туристичного ринку // Регіональна економіка. – 2000. – № 4. – С. 8–10.

137. Павлов А. С. Спорт как средство реализации генетической информации и расширения приспособляемости человека к природе (Теоретические размышления о методологии) / А. С. Павлов // Здоров'я та освіта: проблеми та перспективи : матер. I Всеукр. наук.-метод. конф. – Донецьк : ДонДУ, 2000. – С. 367–368.

138. Панина Е. Л. Туризм как универсальное средство рекреации / Е. Л. Панина, Т. В. Бондаренко // Матер. підсумк. наук. конф. ХНАУ ім. В. В. Докучаєва. – Х. : ХНАУ, 2012. – С. 11–12.
139. Паулаускене И. Проблемы и перспективы концепта здоровья / И. Паулаускене // Восток – Россия – Запад. Современные процессы развития физической культуры, спорта и туризма. Состояние и перспективы формирования здорового образа жизни : сб. матер. Междунар. симпозиума. – Красноярск : РИО СФУ, 2008. – Часть 1. – С. 79–81.
140. Пахомова Н. Экологический менеджмент [Текст] : учеб. пособие / Н. Пахомова, А. Эндерс, К. Ріхтер. – СПб. : Питер, 2003. – 544 с.
141. Педагогічні технології. Досвід. Практика [Текст] : довідник / [ред. колегія П. І. Матвієнко, С. Ф. Клепко та ін.]. – Полтава : ПОПОПП, 1999. – 376 с.
142. Пелагеша Н. Є. Спорт як соціокультурний чинник формування національної ідентичності / Н. Є. Пелагеша // Стратегічні пріоритети. – 2009. – № 6 (10). – С. 62–72.
143. Перспективні освітні технології [Текст] : наук.-метод. посіб. / [під ред. Т. С. Сизоненко]. – К. : Гопак, 2000. – 560 с.
144. Полянська А. С. Удосконалення міжнародного менеджменту як необхідна умова інтеграційних процесів в Україні / А. С. Полянська // Європейські інтеграційні процеси і транскордонне співробітництво : тези доп. III Міжнар. наук.-практ. конф. – Луцьк : РВВ «Вежа» ВДУ, 2006. – Т. 1. – С. 236–238
145. Попова М. Е. Конкурентоспособность Крыма на мировом рынке туристических услуг / М. Е. Попова // Європейські інтеграційні процеси і транскордонне співробітництво : тези доп. III Міжнар. наук.-практ. конф. – Луцьк : РВВ «Вежа» ВДУ, 2006. – Т. 2. – С. 263–265.
146. Право и финансы // Спорт для всех. – 1996. – № 1–2. – С. 37.
147. Практикум по психологии здоровья [Текст] : учеб. пособие / [под ред. Г. С. Никифорова]. – СПб. : Питер, 2005. – 351 с.
148. Природные факторы оздоровления и физическая рекреация [Текст] : учеб. пособие / В. А. Журавлев, В. П. Зайцев, Н. В. Зайцева, А. Ф. Куликов ; под ред. В. П. Зайцева. – Х. : ХаГИФК, 1999. – 72 с.
149. Прудель Н. А. Образование как общественное благо: воспроизводство, распределение, потребление [Текст] / Н. А. Прудель. – СПб. : Питер, 2001. – С. 147–148.
150. Психология здоровья [Текст] : учеб. / [под ред. Г. С. Никифорова]. – СПб. : Питер, 2006. – 607 с.
151. Психология [Текст] : учеб. / [под ред. П. А. Рудика]. – М. : Физкультура и спорт, 1974. – 512 с.
152. Раевский Р. Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов [Текст] : учеб. пособие / Р. Т. Раевский. – М. : Высшая школа, 1985. – 136 с.

153. Римашевская Н. М. Глобализация и население / Н. М. Римашевская // Диалог и взаимодействие цивилизаций Востока и Запада: альтернативы на XXI век : матер. IV Междунар. Кондратьев. конф. – М. : МФК, 2001. – С. 317–330.

154. Розвиваюча і традиційна освіта в сфері фізичної культури (Частина 1. Проектні освітні технології) [Електронний ресурс] / С. В. Дмитрієв, Ю. П. Балакін, Є. М. Кауліна та ін. // Физическое воспитание студентов творческих специальностей : сб. науч. тр. ; под ред. С. С. Ермакова. – Х. : ХГАДИ, 2008. – № 4. – С. 23–28. – Режим доступа : <http://www.nbu.gov.ua/articles/khhpi/>

155. Романова Е. С. 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы / Е. С. Романова. – СПб. : Питер, 2007. – 464 с.

156. Рубис Л. Г. Подготовка инструкторов туризма / Л. Г. Рубис // Физическая культура и спорт на рубеже тысячелетий : матер. Всерос. науч.-практ. конф. – СПб. : РГПУ, 2000. – Ч. 2. – С. 141–142.

157. Саак А. Э. Менеджмент в социально-культурном сервисе и туризме [Текст] : учеб. пособие / А. Э. Саак, Ю. А. Пшеничных. – СПб. : Питер, 2007. – 512 с.

158. Самодрин А. П. Технологія відбору учнів до профілів навчання в умовах профільно-диференційованої школи [Текст] / А. П. Самодрин, Н. М. Куліш, О. В. Забеліна. – Кременчук : ІЕНТ, 2001. – 77 с.

159. Свами Вишну-девананда. Полная иллюстрированная книга йоги / Свами Вишну-девананда [Текст] ; перев. с англ. – М. : Ин-Фолио, 1988. – 201 с.

160. Сеселкин А. И. Структура и содержание профессионального туристского образования / А. И. Сеселкин // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 11. – С. 19–24.

161. Сисоєва С. О. Педагогічні технології в неперервній освіті [Текст] : монографія / [С. О. Сисоєва, А. М. Алексюк, П. М. Воловик та ін.] ; за ред. С. О. Сисоєвої. – К. : „Віпол”, 2001. – 502 с. (С. 4.)

162. Слепокурова А. О. Геоэкологические и инновационные аспекты развития туризма в Крыму [Текст] / А. О. Слепокурова. – Симферополь : Сонат, 2004. – 100 с.

163. Современные проблемы рекреации в высшем учебном заведении [Текст] : монография / В. П. Зайцев, Н. А. Олейник, И. К. Сосин и др. ; под ред. Н. А. Олейника, В. П. Зайцева. – Х. : ХГАФК, 2010. – 348 с.

164. Социология [Текст] : краткий тематический словарь / [под общ. ред. Ю. Г. Волкова]. – Ростов н/Д. : Феникс, 2001. – 320 с.

165. Спутник туриста [Текст] / [под ред. Л. Г. Трипольского]. – М. : Физкультура и спорт, 1963. – С. 161–523.

166. Станасюк Н. С. Комплексна оцінка екологічної ситуації в прикордонних регіонах України / Н. С. Станасюк // Європейські інтеграційні процеси і транскордонне співробітництво : тези доп. III

Міжнар. наук.-практ. конф. – Луцьк : РВВ «Вежа» ВДУ, 2006. – Т. 2. – С. 384–386.

167. Старовойтова Г. В. Этнические особенности поведения и внешности в восприятии горожан / Г. В. Старовойтова // Этнические стереотипы поведения : сб. науч. статей / [под ред. А. К. Байбурина]. – Л. : Наука, 1985. – С. 22–34.

168. Стародубцева И. В. Интеллектуализация физического воспитания: состояние и перспективы развития / И. В. Стародубцева // Восток–Россия–Запад. Современные процессы развития физической культуры, спорта и туризма. Состояние и перспективы формирования здорового образа жизни : сб. матер. Междунар. симпозиума. – Красноярск : РИО СФУ, 2008. – Часть 1. – С. 90–94.

169. Степанчук І. М. Екологічні основи охорони транскордонних водотоків в умовах євроінтеграції / І. М. Степанчук // Європейські інтеграційні процеси і транскордонне співробітництво : тези доп. III Міжнар. наук.-практ. конф. – Луцьк : РВВ «Вежа» ВДУ, 2006. – Т. 2. – С. 397–399.

170. Теория и методика физического воспитания [Текст] : учеб. в 2 т. / [под ред. Т. Ю. Круцевич]. – К. : Олимпийская литература, 2003. – Т. 1. – 424 с.; Т. 2. – 392 с.

171. Толочек В. А. Современная психология труда [Текст] : учеб. пособие / В. А. Толочек. – СПб. : Питер, 2006. – 479 с.

172. Тулинов Е. А. Роль туризма в формировании у студентов социально-экологического стереотипа поведения в природной среде / Е. А. Тулинов // Высшее образование: опыт, проблемы, перспективы : сб. докл. Всерос. науч.-практ. конф. – Губкин : ИП Уваров В. М., 2008. – Часть IV. – С. 116–117.

173. Туризм в Україні – 2004 [Електронний ресурс] : статистичний бюлетень. – К. : Держтурадміністрація України, 2005. – 49 с. – Режим доступу : <http://hdr.undp.org/statistics/>

174. Туризм на порозі ХХІ століття // Освіта, культура, екологія : матер. Міжнар. наук.-практ. конф. – К. : КНУФК, 1999. – 268 с.

175. Уилмор Дж. Х. Физиология спорта [Текст] / Дж. Х. Уилмор, Л. Костил ; пер. с англ. – К. : Олимпийская литература, 2001. – 503 с.

176. Урсул А. Д. Ноосферная модель науки и образования ХХІ века / А. Д. Урсул // Социально-политический журнал. – 1996. – № 4. – С. 73.

177. Устименко Л. М. Туризм як чинник формування дозвілєвої культури молоді : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук / Л. М. Устименко. – К., 1998. – 18 с.

178. Федосеев Н. Ф. Исторический и зеленый туризм в Восточном Крыму [Текст] / Н. Ф. Федосеев. – Керчь : Друк-Унисон, 2004. – 146 с.

179. Физическая культура в алгоритме здоровьесформирующих технологий (Теоретические и педагогические взгляды) [Текст] : монография



/ Н. А. Олейник, Т. В. Бондаренко, В. П. Зайцев, С. И. Крамской ; под ред. В. П. Зайцева. – Х. : ХГАФК, 2008. – 180 с.

180. Физическая культура и здоровье [Текст] : учеб. / [под ред. Е. В. Коневой]. – Ростов н/Д : Феникс, 2006. – 558 с.

181. Физическая культура студента [Текст] : учеб. / [под ред. В. И. Ильинича]. – М. : Гардарики, 2000. – 448 с.

182. Физическая рекреация в физкультурно-оздоровительной деятельности (деятельный аспект) [Текст] / А. В. Лотоненко, В. С. Зыков, А. С. Касицин, В. Н. Лотоненко. – Воронеж : ВГУ, 1996. – 34 с.

183. Физкультура и спорт [Текст] : малая энциклопедия / [ред. А. Н. Кудин] ; перев. с немецк. – М. : Радуга, 1982. – 374 с.

184. Філіппов М. М. Психофізіологія людини [Текст] : навч. посібник / М. М. Філіппов. – К. : МАУП, 2003. – 136 с.

185. Философия [Текст] : учеб. / [под общ. ред. В. П. Андрущенко, Н. И. Горлача, В. К. Рыбалко и др.]. – Киев – Х. : ХГПУ, ИВМО «ХК», 1998. – С. 490–492.

186. Хивинская Декларация «Туризм и сохранение культурного наследия». – Хива, 1999. – С. 3.

187. Цена опеки // Спорт для всех. – 1996. – № 1–2. – С. 39–40.

188. Цзен Н. В. Психотехнические игры в спорте [Текст] / Н. В. Цзен, Ю. В. Пахомов. – М. : Физкультура и спорт, 1985. – 160 с.

189. Черногор Л. Ф. Естествознание. Интегрирующий курс [Текст] : учеб. пособие / Л. Ф. Черногор. – Х. : ХНУ, 2007. – 536 с.

190. Чжан Минъю. Китайский лечебный цигун [Текст] / Чжан Минъю, Сунь Синъюань ; перев. с англ. – СПб. : АО «Комплект», 1994. – 351 с.

191. Шевандрин Н. И. Социальная психология в образовании [Текст] : учеб. пособие / Н. И. Шевандрин. – Ч. 1. – М. : ВЛАДОС, 1995. – 544 с.

192. Шилов Ю. Пути Ариев [Текст] / Ю. Шилов. – К. : Издательский Дом Оболонь «Полиграфкнига», 1996. – 426 с.

193. Штюрмер Ю. А. Опасности в туризме, мнимые и действительные [Текст] / Ю. А. Штюрмер. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 78 с.

194. Щедрина А. Г. Двигательная активность человека в здоровом образе жизни: теоретические аспекты / А. Г. Щедрина // Восток – Россия – Запад. Современные процессы развития физической культуры, спорта и туризма. Состояние и перспективы формирования здорового образа жизни : сб. матер. Междунар. симпозиума. – Красноярск : РИО СФУ, 2008. – Ч. 1. – С. 235–238.

195. Экономика знаний [Текст] : монография / Л. Г. Белова, В. П. Колесов, В. Л. Макаров и др. ; отв. ред. В. П. Колесов. – М. : ИНФРА-М, 2008. – 432 с.

196. Якиманская И. С. Личностно-ориентированное обучение в современной школе [Текст] : учеб. пособие / И. С. Якиманская. – М. : Директор школы, 1996. – 56 с.

197. Tourism highlights: Edition 2003 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : [www.world-tourism.org](http://www.world-tourism.org).

198. <http://www.allbest.ru/>

199. <http://www.strategy.in.ua/>

200. <http://www.tourua.com/>

Наукове видання

**КЛОЧКО** Валерій Михайлович,  
**БОНДАРЕНКО** Тетяна Віталіївна,  
**ЛЮБІЄВ** Альберт Гнатович,  
**БОЙКО** Наталя Юріївна

## **ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'Я Й ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА ЗАСОБАМИ ТУРИЗМУ**

Монографія

*За загальною редакцією В. М. Клочка*

Редактор *С. В. Тимошук*  
Комп'ютерне верстання *Є. Г. Панова*  
Дизайн обкладинки *І. П. Шелехов*

Підп. до друку 14. 06. 2012 р.  
Друк на ризографі  
Тираж 500 пр.

Формат 60×84 1/16  
Ум. друк. арк. 13,4  
Зам. №

Видавець і виготовлювач:  
Харківська національна академія міського господарства  
вул. Революції, 12, Харків, 61002  
Електронна адреса: [rektorat@ksame.kharkov.ua](mailto:rektorat@ksame.kharkov.ua)  
Свідectво суб'єкта видавничої справи:  
ДК № 4064 від 12.05.2011 р.